

*Информационно - психологическая
брошюра для любознательных родителей*

Выпуск № 14

Радуга детства

**Тема номера:
«Кризис 3-х лет
или «Я сам»»**

*«Любой кризис – это внутренние
противоречия между «могу» и «хочу»»*



Составитель:

Винокурова Юлия Александровна

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад №51»



Уважаемые родители!

Мир постоянно информационно усложняется и не хватает времени для живого человеческого общения.

Давайте сделаем первые шаги на встречу друг к другу и совершим небольшую экскурсию в мир детства.

У каждого из Вас порой возникают вопросы и брошюра поможет мне в сотрудничестве с вами. У Вас появится новый домашний собеседник и профессиональный консультант по наиболее актуальным вопросам и волнующим нас всех проблемам.

Я надеюсь, что брошюра заинтересует Вас и станет необходимым гидом и помощником для тех, кому не безразлично будущее своих детей.

***Готова выслушать каждого,
кто хочет помочь своему ребенку преодолеть трудности в
развитии.***

Часы приема родителей: *понедельник
15.20 до 17.00
вторник, четверг:
12.30 до 13.30*





***В нашем
номере:***

Это интересно знать:

✚ «Не хочу! Не буду! Не надо!»

***Семейная психологическая
копилка:***

✚ Семь основных симптомов этого возраста.

✚ Как себя вести, чтобы победителями вышли все?

✚ Что ещё необходимо знать о детском упрямстве?

Давайте поиграем:

✚ Сюжетные игры

Спрашивали? Отвечаем

✚ "Я не жадина!" или как помочь ребенку научиться делиться.

***Рекомендуемая
литература***





Это интересно

Знать

«Не хочу! Не буду! Не надо!»

Кризис трех лет - один из самых ярких по проявлениям кризисов детства, нередко застающий родителей врасплох. Кажется, еще вчера ваш малыш был милым и послушным, как вдруг перед вами новое испытание - ребенка как подменили. Он капризничает, упрямится, с ним трудно даже договориться в тех ситуациях, в которых раньше достаточно было просто попросить или даже указать на то, что нужно делать.

Что же случилось с хорошим ребенком? Отчего он "испортился" и испортился ли? Чтобы ответить на эти вопросы, давайте попробуем разобраться в сути и причинах кризиса трех лет.

Кризис трех лет начинается примерно в 2,5 года и заканчивается в 3,5. Считается одним из самых сложных, но важных и нужных этапов развития и становления личности и характеризуется целым рядом поведенческих проявлений, которые получили особое название - "семизвездие кризиса трех лет".





Семейная психологическая копилка

Семь основных симптомов этого возраста.

1. Негативизм. Его надо отличать от обычного непослушания. При непослушании дети отказываются делать то, что не хотят делать. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать. На ВСЕ предложения взрослых ребенок заведомо отвечает отказом.

Ребенок отвечает отказом только потому, что предложение исходит от взрослого. На самом деле малышу хочется гулять! Да и в гости, ох, как хочется, но ведь не он это предложил...

Негативизм адресован к человеку, а не к содержанию того, о чём ребёнок просят.

2. Упрямство. Упрямство – это такая реакция ребёнка, когда он настаивает на чём-либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал.

Упрямство нужно уметь отличать от настойчивости, когда ребёнок хочет чего-нибудь и настойчиво добивается этого.

Пример настойчивости: ребёнку нравится кататься на санках, и поэтому он отказывается от предложения мамы пойти домой.

Пример упрямства: мама зовёт гуляющего во дворе ребёнка домой. Ребёнок отказывается. Мама приводит ему разумные доводы (он с ними согласен). Но ребёнок всё равно отказывается идти (по тому, что он уже отказался).

3. Строптивость. Малыш вдруг восстает против обычных дел, которые раньше выполнял без проблем. Категорически отказывается умываться, есть, гулять с собакой и т.п.





4. Своеволие. Теперь всегда на первый план выходит то самое до боли знакомое «Я сам!». Он норовит делать сам все, что умеет и не умеет. Много пока не получается, он понимает, что нужно обратиться за помощью к взрослому, но гордость не позволяет, ведь он и сам уже взрослый! Бедного маленького человека раздирает внутреннее противоречие: и сам не могу, и просить взрослых не могу. Конфликт, горе, истерика, рев...

5. Протест, бунт. Ребёнок бунтует против норм воспитания, установленных для ребёнка. Протест против текущего образа жизни. Т.е. ребёнок бунтует против того, с чем он имел дело раньше. Малыш со всеми идет на конфликт, причем родителям кажется, что он злобно издевается над ними.

6. Обесценивание. Ребёнок перестаёт ценить то, что ценил раньше. Демонстративно ломает игрушки. Может ввернуть в речь грубые и матерные слова, услышанные где-то. Тем самым он напоминает: «Я здесь главный!».

7. Деспотизм и ревность.

- Я сказал, что папа будет сидеть на этом стуле, а не в кресле!

Попробуй папа пересесть - истерика!

Если в семье есть другие дети, маленький деспот будет назло выбрасывать их игрушки, сталкивать «соперника» с маминых коленей.

В основе этой ревности лежит то же стремление к господству и деспотизму.

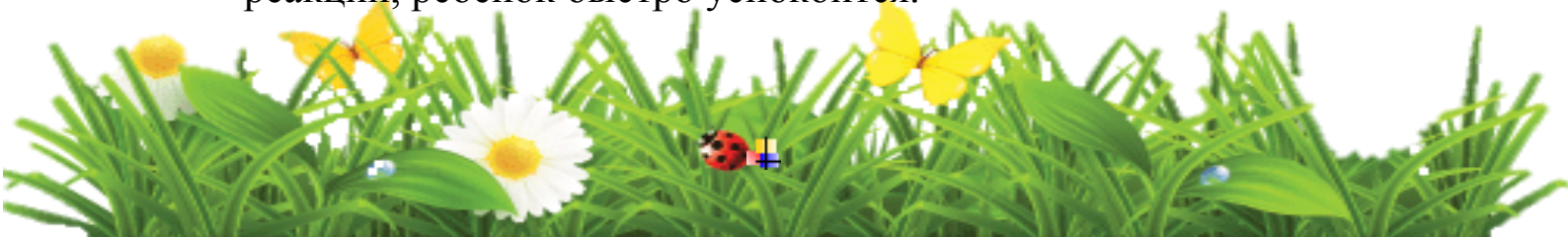
Пик кризиса - истерики. Причем если до двух лет они тоже порой случались, но были связаны с переутомлением, и значит, нужно было успокоить и помочь, то теперь истерика стала инструментом манипуляции. Ребенок как будто испытывает (подсознательно, конечно!), поможет такой метод добиться своего или нет. Кстати, истерики требуют зрителей - вот почему малыш так любит устроить сцену в магазине, на детской площадке или прямо посреди улицы.





Как себя вести, чтобы победителями вышли все?

- ✚ Предоставьте ребёнку самостоятельность. Пусть посильные дела делает сам. Предусматривайте в своём расписании запас времени на самостоятельные попытки ребёнка сделать то, что вы собирались сделать сами.
- ✚ Родителям стоит научиться переключать внимание ребёнка. Если вы предполагаете поехать в гости к бабушке и ожидаете, что это предложение ребёнок встретит отрицательно, то предложите ребёнку выбрать наряд, в котором он поедет. В результате внимание ребёнка будет сконцентрировано не на решении, ехать к бабушке, или нет, а на выборе наряда, в котором он поедет. Или вместо того, чтобы сказать ребёнку: «Сейчас мы пойдём гулять», можно спросить: «Мы пойдём гулять на детскую площадку или в парк?».
- ✚ Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях. Например, если вы хотите пойти с ребёнком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойдём гулять!».
- ✚ Если ребёнок начал капризничать, отвлеките его.
- ✚ Поощряйте инициативу и самостоятельность малыша. Если ребёнок пытается начать делать то, что ему пока не под силу, помогите ему. Научившись выполнять что-то в сотрудничестве со взрослым, вскоре ребёнок это сможет делать самостоятельно.
- ✚ Почаще пересматривайте свои требования к ребёнку.
- ✚ Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребёнка. Во время истерики не стоит удовлетворять требование. Если начать ругать ребёнка во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребёнка на что-то другое и не замечайте его истерик. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.





- ✚ Периодически просите малыша вам в чём-нибудь помочь. Это поможет ему стать самостоятельнее и ответственнее. Плюс, это будет являться хорошим примером социального взаимодействия между людьми.
- ✚ Не забывайте про творчество – больше рисуйте с ребёнком, лепите из пластилина, вместе делайте поделки, играйте в песок. Творчество очень хорошо помогает справиться с эмоциями.
- ✚ Режим дня полезен для структурирования жизни ребёнка. Он помогает формировать волю, которая так нужна для овладения своим поведением.
- ✚ Признайте право ребёнка на совершение ошибок. Если вы видите, что ребёнок что-то делает не правильно, не нужно тут же вмешиваться и показывать, как правильно. На ошибках учатся.
- ✚ Иногда родителям всё же нужно сказать резкое «нет». Это необходимо делать, когда действия ребёнка нарушают технику безопасности, например, если ребёнок засовывает ножницы в розетку или поворачивает ручки газовой плиты.
- ✚ Не ждите, что ваши рациональные объяснения различных запретов ребёнок поймёт с первого раза.
- ✚ Запаситесь терпением.
- ✚ Желание ребёнка быть взрослым можно использовать в своих целях. Например, если нужно перейти дорогу, то можно попросить ребёнка вас перевести. Это намного лучше стандартного: «Так, дай сюда руку, сейчас будем переходить дорогу». В первом случае все останутся довольными, а во втором случае вы подпортите настроение ребёнку (а он вскоре вам).





✚ Если ребёнок начал истерику в людном месте (а дети любят работать на публику), то лучше всего его перенести в другое, менее людное место. Например, если ребёнок на детской площадке лёг на землю и стучит кулаками (в истерике), то лучше его взять и перенести в сторону. Там его следует положить в такое же положение и подождать пока истерика закончится (если вы не будете реагировать на истерику, то она быстро закончится). Во время подобных истерик бесполезно что-либо объяснять ребёнку. Дождитесь окончания.

- ✚ Следите за собой. Многие слова и поступки ребёнок копирует у своих родителей.
- ✚ Используйте игровой момент. Кстати, приблизительно в 3 года ролевые игры становятся ведущими у детей. Это значит, что ребёнок в рамках игры может вживаться в разные роли. Для родителей игра может быть хорошим способом заинтересовать ребёнка в выполнении какого-либо дела.
- ✚ Озвучивайте для ребёнка его переживания и чувства. Это позволит ему лучше понять свои чувства и увидеть, что вы понимаете его состояние. Любите ребёнка не за что-то, а просто так.

Любите его всяким: и счастливым и заплаканным, и во время истерик и во время достижений, и настойчивым и упрямым. Любите его всегда. Пусть он это знает и видит.





Давайте поиграем

Помочь справиться с кризисом трех лет и направить воспитание малыша в нужное русло помогут сюжетные игры.

Игра в магазин. Ребенку отведите роль продавца, а родители или старшие дети – покупатели. Когда малыш продает что-нибудь, ему тяжело расставаться с вещью, отдавать кому-то свое. Со временем он поймет, что вещь ему вернут назад, и будет просить поиграть с ним в эту игру еще раз. Если ваш ребенок часто устраивает истерики в супермаркетах, отправьте к нему в магазин куклу-маму и куклу-дочку. Пусть дочка устроит скандал, успокаивайте бунтующую куклу вместе с малышом.

Придумайте малышу «очень важное дело» – готовку еды для кукол, постройку дома, создание новой картины. Пусть малыш проявляет свою самостоятельность в игре, не стоит прерывать его своими советами.

Посадите за стол любимого игрушечного друга малыша. Пусть он постоянно ведет себя неправильно. Вместе воспитывайте из него приличного ребенка. Уложите его спать. Возьмите с собой на прогулку. Вместе разбирайте поведение шалуна – что он делает неправильно и почему так делать не надо. Пусть малыш учится отличать хорошее поведение от плохого. Беря на себя роль «воспитателя» в игре, малыш и в жизни будет вести себя соответственно.

Накануне Нового года вместе с ребенком делайте новогодние игрушки своими руками, этот творческий процесс позволит стать малышу более усидчивым. Также не забудьте привлечь ваше чадо к украшению новогодней елки.

Постарайтесь уделить максимум внимания трехлетнему малышу, но не будьте навязчивы. Избыток внимания превратит малыша в деспота, даже может вызвать различные фобии и неврозы. Недостаток может породить различные болезненные фантазии. Ребенок заведет себе воображаемого Карлсона, который заменит ему друга, даже может решить, что его совсем не любят.





Спрашивали?

Отвечаем

"Я не жадина!"

Как помочь ребенку научиться делиться.

В каждой семье, где растет малыш 2-4 лет, бывают подобные ситуации:

* Ребенок не желает отдавать свою игрушку (велосипед, машинку) другому, при этом с удовольствием беря у того ведро (куклу, лопатку). И уговоры мамы: "Дай мальчику велосипед посмотреть, ведь он тебе дал машинку", часто оказываются напрасны.

* Взрослому стыдно, он оправдывается, уговаривает, упрекает, а то и наказывает за жадность. А действительно ли ребёнок - жадина?

Жадность не является врожденным, природным качеством, она возникает вследствие неверного поведения окружающих ребенка взрослых.

Как поступить взрослому, чтобы не произошел конфликт?

Как помочь решить конфликт?

Если другой ребенок хочет взять у Вашего игрушку, а тот сопротивляется:

-заговорите с подошедшим ребенком, постарайтесь переключить его внимание на что-то нейтральное ("ой, какое у тебя платье красивое...");

-предложите поменяться игрушками или дайте другую, не такую "дорогую сердцу" игрушку (нужно брать несколько таких игрушек с собой);

Вовлеките детей в совместную деятельность: "Посмотрите, какую башенку из камешков я строю, подавайте мне камешки, вместе у нас получится большая красивая башня..."

Когда неловкая ситуация преодолена, Ваш малыш не устроил истерику, а может даже согласился дать подержать игрушку, обязательно отметьте его правильное поведение, скажите, что Вам было приятно видеть, как он делится с другими (просит разрешения взять чужую игрушку). Не забывайте хвалить малыша за проявленную им доброту и щедрость.

Дома читайте сказки, рассказы, истории о том, как плохо жадничать и как хорошо делиться.





Если конфликт уже произошел:

-не кричите на ребенка, не шлепайте, в возбужденном состоянии малыш не воспринимает объяснения, поэтому, сначала детей нужно развести и успокоить;

-спокойно скажите, что пора идти домой (в магазин и т.д.), после чего берите в охапку свое чадо с его сокровищами и не спеша покидайте "поле боя";

-после того, как малыш успокоился, можно обсудить ситуацию, здесь также будет уместна сказка или история по теме;

Не берите на улицу дорогие игрушки, потеря или поломка которых расстроит Вас и ребенка. Также не стоит брать любимые и новые игрушки - только "насладившись собственностью" малыш сможет поделиться ею с другими.

Как помочь ребенку научиться делиться?

Очень важен пример близких людей. Если в семье принято дарить подарки друзьям, помогать родственникам, оказывать безвозмездные услуги (помощь старой бабушке-соседке), - ребенок будет уверен, что такое поведение не подвиг, а "обычное дело".

Уже в 2 года малыш может делать подарки близким своими руками. Здесь несколько положительных моментов: ребенок творит, старается сделать подарок конкретному человеку, он получает удовольствие от того, что другие высоко оценили его старание, ему легче расстаться со своим произведением.

Привлекайте ребенка к выбору подарков и к процессу вручения. Важно, чтобы подарок не оказался для Вашего ребенка тем, что ему очень хочется иметь. Пусть ребенок участвует в поздравлении, услышит слова благодарности от получателя.

Обыгрывайте различные жизненные ситуации: день рождения мишки (приходят гости с подарками, он встречает, угощает, развлекает), кукла не хочет делиться и так далее. В процессе игры подсказывайте ребенку адекватные способы решения конфликтных ситуаций.





Рекомендуемая литература

Список литературы:

1. Абросимова Н. Возраст строптивости. О кризисе трёх лет // Мама и малыш. — 2005. — № 10.
2. Власова З. И. Об общих и специальных проявлениях самостоятельности в период кризиса трёх лет // Психолог в детском саду. — 2004. — № 4. — С. 52 — 63.
3. Волженина Т. Воспитание самостоятельности: советы родителям детей всех возрастов // Виноград. — 2010. — № 37.
www.materinstvo.ru/art/5746
4. Образцова Л. Н. Я сам! Упрямый ребёнок: маленькие подсказки для родителей. — М.: АСТ; СПб.: Сова, 2007.
5. Уайт Б. Первые три года жизни. — М., 1982.

Ссылки:

1. Кризис 3 лет у детей - Как помочь ребенку
<http://sad-sosenka.ru/konsultacii/sovety-pedagoga-psihologa/58-krizis-3-let-ya-sam>
2. «Не хочу! Не буду! Не надо! Я сам!» — кризис трехлетнего возраста: признаки кризиса и как его преодолеть
<http://razvitie-krohi.ru/psihologiya-detey/krizis-treh-let.html>





*г. Муром МБДОУ
«Детский сад № 51»*