

## Кризис трех лет



В один прекрасный день вы пытаетесь одеть ребенка, чтобы пойти на прогулку, а он вырывает у вас куртку с криком: «Я сам!» Вы предлагаете ему идти обедать, а он отказывается, несмотря на то, что явно проголодался. Это кризис трех лет! Я расскажу, для чего он нужен и как его пережить.

Во время кризиса трех лет складывается впечатление, что ребенок делает все наперекор. Прежние способы управления им больше не работают, малыш перестает слушаться. Это способно вывести из себя любого, даже самого терпеливого родителя.

### Симптомы кризиса трех лет:

1. Негативизм—ребенок отказывается что-то делать только потому, что это предложил взрослый. Он стремится делать все наоборот, зачастую даже в ущерб собственным интересам.
2. Упрямство— если вы видите, что на самом деле ему не так уж и хочется чего-то, а он продолжает требовать только потому, что не хочет отступить от своих слов — вот это уже упрямство.
3. Строптивость—отрицание образа жизни, который сложился до 3-х лет, всего того, что он без проблем делал раньше.
4. Своеволие— стремление к самостоятельности. Ребенок отказывается от помощи взрослых и пытается все сделать сам, даже если у него не очень получается.

5. Протест-бунт—поведение начинает носить протестующий характер. Ребенок постоянно конфликтует с близкими людьми.
6. Обесценивание— изменение отношения в первую очередь к родителям. Их личность словно обесценивается, ребенок может начать обзывать их, замахиваться с намерением ударить.
7. Деспотизм—попытки проявления абсолютной власти в отношении своих близких, особенно если это единственный ребенок в семье.

Все вышеперечисленное еще не означает, что ваш ребенок продемонстрирует полную картину негативного поведения, зачастую возникают только некоторые признаки кризиса, которые быстро преодолеваются. По сути, любой кризис явление скорее положительное. Это закономерный этап в развитии каждого человека, в ходе которого формируются необходимые качества личности.

Основной смысл кризиса в том, что ребенок психологически отделяется от родителей, все его поступки направлены на проявление и утверждение собственного «я». Дело в том, что эти попытки ребенка следовать собственным желаниям расцениваются взрослыми, как нарушение установленных ими правил, в их глазах ребенок «плохо себя ведет». Плохо— это значит не так, как надо, не так, как было запланировано ими.

К 3-м годам возникает сознание «я сам» — «я сам могу», «я сам умею» (до этого ребенок говорил о себе в третьем лице). В связи с этим появляется желание действовать по собственному усмотрению, а не по чьему-либо требованию. Малыш хочет действовать самостоятельно, однако возможностей для этого у него еще мало. Вместе с этим у ребенка зарождается самооценка, она выражается в стремлении быть хорошим и получать одобрение от родителей. У него появляется «гордость за достижения» — например, нарисовав что-нибудь, он тут же демонстрирует это родителям, ожидая похвалы. Отношение ребенка к себе, его самооценка, зависит от отношения родителей к нему. Через их оценку, ребенок начинает переживать чувство уверенности, успеха или неудачи — так у него формируется представление о своих возможностях.

Стремление отстаивать свое «я» с одной стороны и желание получать одобрение со стороны взрослых с другой создают некую непредсказуемость в поведении ребенка. Что же делать?

1. **Помните: главное— терпение. Результатом кризиса всегда является развитие, приобретение новых полезных качеств личности.**
2. Определите, что ребенок вполне может делать самостоятельно, без вашей помощи — и предоставьте ему в этом свободу.

3. Хвалите его за конкретные поступки, за дела, которые он довел до конца. Приучать убирать игрушки можно и в игровой форме— например, предложить поставить машинки в гараж (коробку), чтобы им было тепло и уютно спать ночью.
4. Если ребенок провинился, обращайтесь его внимание именно на проступок— ребенок должен знать, что не он сам плохой, а то, что он поступил плохо. Не допускайте оценки личности ребенка в целом, например, «ты глупый».
5. Если ребенок бьется в истерике от того, что ему чего-то не разрешили— оставьте его одного, уйдите в другую комнату. Заодно вы сами успокоитесь и соберетесь с мыслями. Истерики всегда рассчитаны на зрителей, обычно они адресованы конкретному человеку. Оставшись один, ребенок теряет смысл плакать и успокаивается.
6. Пусть ваши запреты будут немногочисленны, но обоснованы. Не допускайте разногласий между членами семьи в отношении того, что ребенку можно разрешить, а чего нельзя. Требования должны быть едиными, чтобы ребенку легче было в них ориентироваться, разногласие в требованиях ведет к невротизации ребенка.
7. Если ребенок отказывается от ваших предложений, предлагайте ребенку альтернативу выбора. При этом тренируется способность принятия самостоятельного решения, пусть и в рамках, заданных вами.

Возрастные особенности детей 4-5 лет.

Возраст от четырех до пяти лет — период относительного затишья. Ребенок вышел из кризиса и в целом стал спокойнее, послушнее, покладистее. Все более сильной становится потребность в друзьях, резко возрастает интерес к окружающему миру.

### **В этом возрасте у вашего ребенка активно проявляются:**

- Стремление к самостоятельности. Ребенку важно многое делать самому, он уже больше способен позаботиться о себе и меньше нуждается в опеке взрослых. Обратная сторона самостоятельности — заявление о своих правах, потребностях, попытки устанавливать свои правила в окружающем его мире.
- Этические представления. Ребенок расширяет палитру осознаваемых эмоций, он начинает понимать чувства других людей, сопереживать. В этом возрасте начинают формироваться основные этические понятия, воспринимаемые ребенком не через то, что говорят ему взрослые, а исходя из того, как они поступают.
- Творческие способности. Развитие воображения входит в очень активную фазу. Ребенок живет в мире сказок, фантазий, он способен создавать целые миры на бумаге или в своей голове. В мечтах, разнообразных фантазиях ребенок получает возможность стать главным действующим лицом, добиться недостающего ему признания.

- Страхи как следствие развитого воображения. Ребенок чувствует себя недостаточно защищенным перед большим миром. Он задействует свое магическое мышление для того, чтобы обрести ощущение безопасности. Но безудержность фантазий может порождать самые разнообразные страхи
- Отношения со сверстниками. У ребенка появляется большой интерес к ровесникам, и он от внутрисемейных отношений все больше переходит к более широким отношениям с миром. Совместная игра становится сложнее, у нее появляется разнообразное сюжетно-ролевое наполнение (игры в больницу, в магазин, в войну, разыгрывание любимых сказок). Дети дружат, ссорятся, мирятся, обижаются, ревнуют, помогают друг другу. Общение со сверстниками занимает все большее место в жизни ребенка, все более выраженной становится потребность в признании и уважении со стороны ровесников.
- Активная любознательность, которая заставляет детей постоянно задавать вопросы обо всем, что они видят. Они готовы все время говорить, обсуждать различные вопросы. Но у них еще недостаточно развита произвольность, то есть способность заниматься тем, что им неинтересно, и поэтому их познавательный интерес лучше всего утоляется в увлекательном разговоре или занимательной игре.

### **Вам как его родителям важно:**

- Понять, каковы в вашей семье правила и законы, которые ребенку не позволено нарушать. Помнить, что законов и запретов не должно быть слишком много, иначе их трудно выполнить.
- По возможности вместо запретов предлагать альтернативы. формулируя их так: «Тебе нельзя рисовать на стене, но можно на этом куске бумаги». Просто запреты рождают в ребенке либо чувство вины, либо злость и протест. Если вы что-то однозначно запрещаете ребенку, будьте готовы выдержать его справедливую злость или обиду по этому поводу.
- Говорить ребенку о своих чувствах, чтобы он лучше понимал, какую реакцию в другом человеке рождают те или иные его поступки. Быть готовыми к тому, чтобы разобраться вместе с ним в сложной этической ситуации. Самим жить в согласии с теми этическими принципами, которые вы транслируете ребенку.
- Не перегружать совесть ребенка. Чрезмерное неодобрение, наказания за незначительные проступки и ошибки вызывают постоянное ощущение своей вины, страх перед наказанием, мстительность. Может также развиваться пассивность, пропадать инициатива.
- Помнить о том, что не стоит при ребенке рассказывать различные страшные истории, говорить о тяжелых болезнях и смерти, потому что для некоторых детей подобная информация может стать сверхсильным раздражителем. Важно выслушивать ребенка, разделять с ним его страхи, позволяя ему проживать их вместе с вами.
- Предоставлять ребенку возможности для проявления его творчества и самовыражения. Интересоваться любым творческим продуктом, по возможности

никак его не оценивая, ни положительно, ни отрицательно, предлагая самому ребенку оценить свое творчество.

- Обеспечить ребенку возможность совместной с другими детьми игры, осознавая, что такая игра не только развивает его воображение и образное мышление, но и совершенно необходима для здорового эмоционального развития. Предлагать ребенку для игры не только законченные по своей форме игрушки, но и неоформленные предметы, не имеющие четкой функции: камушки, палочки, брусочки и т.д.
- Понимать, что ребенок уже способен достаточно долго и увлеченно заниматься тем, что ему нравится, и ему бывает очень трудно прервать игру, поэтому о необходимости ее заканчивать стоит предупреждать его заранее.
- Быть открытыми к вопросам ребенка, интересоваться его мнением, превращая его жажду знания в способность самому найти ответы на интересующие его вопросы. Полезно обсуждать с ребенком любые события и явления, которые его интересуют, и на его языке формулировать результаты ваших совместных рассуждений и выводов.

Следует обратить внимание на то, что в возрасте 4-5-ти лет недостатки воспитания ребенка начинают постепенно укореняться и переходить в устойчивые негативные черты характера.

Всё больший интерес ребёнка пяти лет направлен на сферу взаимоотношений между людьми. Оценки взрослого подвергаются критическому анализу и сравниваются со своими собственными. Под воздействием этих оценок представления ребёнка о «Я» реальном и «Я» идеальном дифференцируются более чётко. К этому периоду жизни у ребёнка накапливается достаточно большой запас знаний, который продолжает пополняться. Ребёнок стремится поделиться своими знаниями и впечатлениями с окружающими, сверстниками, что способствует появлению познавательной мотивации в общении. С другой стороны, широкий кругозор ребёнка может явиться фактором, который позитивно влияет на его успешность среди сверстников. Происходит дальнейшее развитие познавательной сферы личности ребёнка-дошкольника. Развитие произвольности и волевых качеств позволяет ребёнку целенаправленно преодолевать определённые трудности, специфичные для дошкольника. Также развивается соподчинение мотивов (например, ребёнок может отказаться от шумной игры во время отдыха взрослых). Появляется интерес к математике, чтению. Основываясь на умении представлять что-либо, ребёнок может решать простые геометрические задачи. Ребёнок уже может запомнить что-либо целенаправленно. Кроме коммуникативной функции речи, развивается планирующая, т. е. ребёнок учится целенаправленно планировать, логически и последовательно выстраивать свои действия и рассказывать об этом. Развивается самоинструирование, которое помогает ребёнку заранее организовать своё внимание на предстоящей деятельности. Старший дошкольник способен различать весь спектр человеческих эмоций, у него проявляются устойчивые чувства и



отношения. Формируются «высшие чувства»: моральные, интеллектуальные, эстетические.

К интеллектуальным чувствам можно отнести:

- Любопытство;
- Любознательность;
- Чувство юмора;
- Удивление.

К эстетическим чувствам относится:

- чувство прекрасного;
- чувство героического.

К моральным чувствам можно отнести:

- чувство гордости;
- чувство стыда;
- чувство дружбы.

На фоне эмоциональной зависимости от оценок взрослого у ребёнка развивается притязание на признание, выраженное в стремлении получить одобрение, похвалу, подтвердить свою значимость. Достаточно часто в этом возрасте у детей появляется черта, как лживость, т. е. целенаправленное искажение истины. Развитию этой черты способствует нарушение детско-родительских отношений, когда близкий человек чрезмерной строгостью или негативным отношением блокирует развитие у ребёнка позитивного самоощущения, уверенности в своих силах. И чтобы не потерять доверия взрослого, а часто оградить себя от нападков, ребёнок начинает придумывать оправдание своим оплошностям, перекладывать вину на других.

Нравственное развитие старшего дошкольника напрямую зависит от степени участия в нём взрослого, так как именно в общении со взрослым ребёнок узнаёт, осмысливает и интерпретирует нравственные нормы и правила. У ребёнка необходимо формировать привычку нравственного поведения. Этому способствует создание проблемных ситуаций и включение детей в них в процессе повседневной жизни, а также личный пример взрослого, находящегося рядом.

Возраст 5-6 лет, старший дошкольный возраст, является очень важным в развитии познавательной, интеллектуальной и личностной сферы ребёнка. Именно в этот период в ребёнке закладываются многие личностные аспекты, формируются основные черты характера ребёнка, «Я» — позиция. Уже сейчас можно понять, каким

будет человек в будущем. В 5-6 лет ребёнок как губка впитывает всю познавательную информацию. Научно доказано, что в этом возрасте человек запоминает столько материала, сколько он не запомнит потом никогда в жизни. В этом возрасте ребёнку интересно всё, что связано с окружающим миром, расширяется кругозор. Лучшим способом получения научной информации является чтение детской энциклопедии, где чётко, научно, доступным для ребёнка языком описываются любые сведения об окружающем мире. Ребёнок получает представление о космосе, древнем мире, человеческом теле, животных и растениях, странах, изобретениях и о многом другом.

Этот период называется сензитивным (особенно чувствительным) для развития всех познавательных процессов: внимания, восприятия, мышления, памяти, воображения. Для их развития используется более усложненный игровой материал (палочки Кюизнера, блоки Дьенеша, кубики Никитина, «Танграм», «Коломбово яйцо», развивающие игры Воскобовича и др.), он становится логическим, интеллектуальным, когда ребёнку приходится думать и рассуждать.

Очень полезно играть с детьми в словесные игры, так как ребёнок уже использует в своей речи синонимы, антонимы, различает гласные и согласные звуки, может определить количество слогов в словах, место звука в слове (в начале, середине, конце слова). Хорошо развивает логическое мышление конструктор. Важным моментом в процессе конструирования является складывание по схеме-образцу, начиная с простых узоров. Кубики, различные головоломки, мозаику необходимо выкладывать по картинке, ориентируясь на цвет, форму и величину. Развитию элементарных логических представлений способствуют игры и упражнения с использованием различных логических таблиц. Все задания строятся на видовой, тематической классификации, заставляют работать внимание, зрительное восприятие и мышление ребёнка.



С уважением, педагог-психолог

МБДОУ детского сада «Березка»

Лемешко Д. С