

Возраст упрямства, или о кризисе трех лет.

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 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"? Кризис трех лет характеризуется *7 основными симптомами этого возраста*.

1. Негативизм. (стремление делать все наоборот и противоречить взрослым). Не путайте это с непослушанием. Непослушным ребенок может быть и в раннем детстве, отказываясь делать то, чего ему не хочется, или продолжая делать то, чего очень хочется. В отличие от этого, негативизм - это реакция не на то, **что** вы предлагаете, а фактически на вас (на взрослого) - на то, что это именно **вы** предлагаете. Нередко малыш и сам страдает от своего негативизма, ведь ему иногда приходится отказываться даже от того, что ему хочется, но что вы уже успели ему предложить.

2. Упрямство. Если вы чувствуете, что ваш ребенок настаивает на чем-то не потому, что ему это сильно нужно, а просто "из принципа", просто потому, что он этого уже потребовал, то речь идет об упрямстве. Это качество не стоит путать с настойчивостью, когда ребенку действительно что-то очень необходимо. Как и в случае с негативизмом, дети нередко сами становятся "заложниками" своего упрямства: они бы и рады уже согласиться со взрослым и признать его правоту, но не могут, так как уже сказали свое "веское слово".

3. Строптивость. Это своеобразное детское недовольство на любые предложения взрослых. На что направлена эта строптивость? Да на все привычные рамки его детской жизни: от установившихся норм и традиций общения с родителями до игрушек. Ребенок как будто сопротивляется всему, что с ним пытаются сделать взрослые, неважно, требуют ли они чего-то или пробуют развлечь.

4. Своеволие. Теперь дети стремятся все делать сами, причем так, как им кажется правильным. Они еще не могут реально оценивать свои возрастные возможности и хотят самостоятельно выполнять не только свои «детские» дела, но и взрослые (что, вообще-то, небезопасно), и часто сами очень переживают разочарование в своих собственных силах.

5. Протест-бунт. В некоторых семьях этот неприятный симптом кризиса приводит к ощущению постоянных военных действий: трехлетка ссорится со взрослыми, находит конфликты "на ровном месте". Может даже возникать ощущение, что он все время запасается недовольством и негативными эмоциями (приводящими к его агрессивному поведению).

6. Обесценивание. Как и в кризисах взрослой жизни, в этом детском кризисе все, что раньше имело ценность для ребенка, может потерять ее. Вдруг теряется привязанность к любимым игрушкам. Родители перестают быть авторитетом. Правила поведения, принятые в семье и, казалось, уже усвоенные ребенком, вдруг перестают существовать для него. То, чем раньше вы легко отвлекали малыша, теперь объявляется им как ненужное. Как одно из проявлений обесценивания, в речи ребенка появляются плохие слова, ругательства, которые он начинает иногда применять даже к любимым ранее вещам.

7. Деспотизм. В семьях, где воспитывается один ребенок, эта черта нередко приводит к картине, которую можно назвать "маленький тиран". Ребенок стремится проявлять деспотическую власть над окружающими, пытаясь стать "хозяином положения" в любой ситуации. Например, он может не отпускать мать из дома, протестовать против присутствия отца на кухне, требовать, чтобы бабушка принесла фломастеры из соседней комнаты и т.п. В семьях, где растут несколько детей, деспотизм чаще проявляется в виде яркой ревности, так как братья и сестры воспринимаются как люди, с которыми приходится делить "власть".

Причины возникновения кризиса:

Во-первых, к 3 годам организм ребенка обычно достигает достаточного развития для того, чтобы малыш мог быть самостоятельным. Его познавательные интересы также совершенствуются, отчего он становится "исследователем" окружающего мира, в том числе и своих собственных возможностей. У него возникает желание все делать самому, появляется протест против родительской помощи и запретов, как ограничителей его активности.

Во-вторых, именно в возрасте трех лет **рождается личность** ребенка. Примерно в этот период ребенок психологически "отделяется" от родителей, осознает себя отдельным существом. И вот уже фраза "**Я сам**" надолго закрепляется в словаре ребенка. Чтобы усилить свое "Я", малыш **нуждается в независимости**, но основной конфликт этого возраста в том, что одновременно с этим он продолжает быть зависимым и отчаянно **нуждается в поддержке и любви** взрослых. Фактически, маленькому упрямцу больше всего надо, чтобы родители признали его самостоятельность и при этом, продолжили его любить и заботиться.

В-третьих, взрослым важно помнить, что часто яркие проявления нормального возрастного кризиса трех лет связаны с тем, что родители вовремя не заметили того, что ребенок вырос, что пора многое менять в общении с ним. Следствием этого является "**революция снизу**", показывающая "верхам" невозможность жить по старым правилам.

Как должны вести себя родители трехлеток, чтобы не усугублять кризисные проявления и случайно не закрепить их в поведении ребенка?

1) Что делать с негативизмом? Прежде всего понять его закономерность: чтобы сформировать свое, нужно отказаться от "чужого" (даже если оно родительское). Помните фразу из песни: "Весь мир насилья мы разрушим до основанья, а затем..." К сожалению, любое неокрепшее существо, будь то ребенок или новое государство, размышляет примерно так, пытаясь разграничить "свое" и "не свое". Кроме того, иногда вы даже можете использовать устойчивый негативизм ребенка в своих воспитательных целях, идя от противного - например, активно предлагать ему то, что, как вам кажется, ему хочется, но что для него вредно

2) Как вести себя с упрямцами? Главное, не создавать ситуацию двух баранов на мостике. Нельзя пытаться переломить ребенка, потому что, как показывает народная мудрость, в такой ситуации не будет выигравших. Чтобы воспринимать ситуацию без внутреннего раздражения и бессильной ярости от такого поведения малыша, попробуйте увидеть в ней взросление ребенка, становление его личности. Думаю, родителям, не склонным к диктатуре, будет не так уж сложно начать уважать стремление ребенка действовать по собственному усмотрению, пытаться иметь собственное мнение и "держат свое слово", пусть пока в столь нелепых проявлениях.

Вы облегчите жизнь себе и ребенку, если проявите *гибкость*. Когда уже станет ясно, что малыш готов согласиться, но его сдерживает ранее сказанное им же, *попробуйте переиначить свое предложение или придумать компромиссный вариант*. А может быть, просто оставьте ребенка в покое на какое-то время, а затем позвоните его присоединиться к вам. Главное, *не ущемляйте гордости ребенка* словами типа "Я же говорил, что ты придешь смотреть мультики!", постарайтесь просто радостно приветствовать его, если он все-таки принял ваше предложение.

3) Как укротить строптивых? Чтобы понять суть этого явления, попробуйте припомнить свои ранние юношеские представления о том, какой будет ваша взрослая жизнь, как она будет отличаться от жизни ваших родителей. Такое противопоставление себя родителям активно происходит в подростковом возрасте, но ведь отделение и обособление ребенка - процесс очень длительный, так что можете считать строптивость в 3 года его началом, и вечное недовольство ребенка - часть важного процесса его становления. Оставьте свои попытки увлечь и развлечь его. *Пусть ребенок побудет один и займется тем, чем хочет*. Довольно скоро ему станет скучно, и он придет к вам. Вот тогда вы предложите ему все то, от чего он отказывался раньше. Только *сделайте это ненавязчиво*, без излишнего энтузиазма, чтобы не спровоцировать отказ ребенка снова.

4) Как реагировать на своеволие? Здесь необходимо искать *золотую середину*, ведь неограниченная свобода для ребенка вредна не менее, чем строгие ограничения.

Во-первых, постарайтесь *сделать свой дом максимально безопасным для ребенка*, чтобы у вас было как можно меньше ситуаций, когда необходимо ограничивать ребенка в целях его безопасности. Причем сделать это надо задолго до 3 лет, еще с того времени, когда ребенок начал ходить.

Во-вторых, предоставьте малышу *делать самостоятельно все, что он сам реально в силах сделать*.

В-третьих, *помогайте ему* в том что, ребенок еще не может сделать, но чему его можно научить, *но не делайте все за него*, чтобы, выполняя дела у него росла его уверенность в собственных силах.

В-четвертых, когда малыш явно хочет заняться не своим делом (например, поработать шуруповертом), то самое время родителям вспомнить о таких особенностях детской психики, *как повышенная переключаемость внимания и вовлеченность в игровую деятельность*. Можно предложить ребенку поиграть в инструмент, когда он выключен, или купить ему игрушечный аналог. При этом не забывайте выразить свою уверенность, что пройдет не так много времени и ребенок обязательно сможет "по правде" работать и помогать отцу в ремонте., а пока это только тренировка.

5. Как вести себя во время ссор? Безусловно, здесь *нужны ограничения*. Когда ребенок обзывает мать или отца, он должен понимать, что делает что-то нехорошее, и что взрослые сердятся. Однако нельзя опускаться до уровня трех лет и начинать конфликтовать с ребенком. Лучше покажите мимикой и интонациями или действиями, что вам это неприятно и обидно. Если же малыш просто скандалит, но не оскорбляет родителей, *то попробуйте озвучить его чувства*: "Ты сейчас сердиться на папу?" или "Ты злишься, потому что тебе не дали посмотреть телевизор?" и т.п. Таким образом вы даете ребенку ощущение, что его понимают и учите проговаривать свои эмоции так, чтобы не обижать окружающих. И, наконец, не забывайте, что нужно периодически давать ребенку *приемлемые способы выплеснуть свою агрессию*: понарошку подраться, покидаться подушками, поколотить грушу и т.п., исходя из ситуации.

б) Что делать с обесцениванием? Больше всего родителей обычно волнует не то, что все старое обесценивается, а то, что новые ценности приобретаются не так быстро. Но, если развитие вашего малыша идет нормально, то скоро появятся новые вещи и люди, которыми ребенок будет дорожить. Так что не волнуйтесь и дайте немного сыну или дочери побыть бунтарем. Когда вы почувствуете, что все эти проявления уже не имеют прежней мощи и что это уже в тягость самому ребенку, то можете попробовать начать предлагать ему что-то новое. Например, самому выбрать игрушку или мультфильм.

7) Как строить свою жизнь с маленьким тираном? Некоторые родители, пытаясь избежать лишних конфликтов в семье, пытаются во всем уступать ребенку и подчинять его желаниям всю свою жизнь. Но вопрос в том, как долго это может продлиться, ведь по доброй воле люди (в том числе дети)

редко отказываются от власти? А терпение родителей неограничено. Поэтому лучше сразу разумно ограничивать ребенка, давая ему много свободы, чтобы распоряжаться своим временем и силами, но не временем и желаниями других членов семьи. Важно научиться отделять истинные потребности ребенка от тех, которые, скорее, являются проявлениями его желания контролировать других. Во втором случае следует мягко, но строго уметь говорить ребенку "нет", подчеркивая, что действия других в данном случае никак ему не вредят, а значит, родители (или другие взрослые) имеют право сделать так, как им хочется.