**Кризис трех лет и как его преодолеть**

Привыкание к детскому саду совпадает с кри­зисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам родители начинают замечать серь­езные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озада­ченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, уд­линить психологическую «пуповину», научиться многое делать самому и как-то решать свои про­блемы. Без психологической сепарации (отделения) от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных си­туациях.

Кризисы развития - это относительно короткие (от нескольких месяцев до года-двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена пе­риодов: относительно длительных и спокойных стабильных и более коротких, бурных,критиче­ских, т. е. кризисы - это переходы между стабиль­ными периодами.

Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. С появ­лением каких-то новых качеств взрослые могут со­знательно утвердиться в них или примириться с новым личностным качеством.

Для детей же собственное ближайшие прошлое и будущее непонятно, остается абстракцией. Современ­ные семьи малочисленны, дети находятся в одновозрастных детских коллективах. Находясь преиму­щественно среди взрослых и сверстников, ребенок не чувствует и не видит, что с ним скоро будет, не понимает, что с ним происходит, не может оценить свое поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверж­дении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные ново­образования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

И, наоборот, внешняя «бескризисность», созда­ющая иллюзию благополучия, может быть обман­чивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

Таким образом, не надо пугаться кризисных про­явлений, опасны проблемы непонимания, возникаю­щие в этот момент у родителей и педагогов.

**Основные симптомы**,характерные для поведения ребенка в период кризиса 3 лет, составляющие так называемое семизвездие:

1. **Негативизм.** Именно негативизм вынуждает ребенка поступать вопреки своему аффективному желанию. Ребенок отказывается делать то, что мы его просим, не потому что ему не хочется, а только потому, что его просили об этом. Если взрослый использует авторитарную модель взаимодействия в общении с ребенком, он может провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдает строгий приказ, например: «Не трогай!», «Ешь быстро!» и др.

В сложных ситуациях, при резком проявлении негативизма ребенка, взаимодействие с ним может дойти до абсурда: на любое высказывание взрослого ребенок отвечает наперекор: «Это холодное»–«Нет, горячее», «Иди домой»– «Не пойду» и т. д. Причем ребенок отвечает отказом на просьбу, требование взрослого даже в том случае, если минуту назад он сам страстно желал это сделать.

Негативизм отличается от непослушания (когда ребенок не следует указаниям взрослого, потому что занят другим делом, более интересующим его в данный момент. Он противится содержанию просьбы):

*- социальным отношением.* Негативизм носит социальный характер, он адресован человеку, а непослушание – содержанию. Если ребенку предложили на выбор другое занятие, более интересное для него, чем то, которое у него есть в данный момент, и он согласился, то речь идет не о негативизме, а о непослушании;

*- отношением к аффекту.*

При негативизме ребенок поступает наперекор своему желанию. При непослушании же он следует своему желанию, которое идет в разрез с желанием взрослого.

Негативизм избирателен: ребенок отказывается выполнять просьбы только определенных людей, например, только мамы или папы, или только одного из воспитателей группы. С остальными окружающими он может быть послушным и покладистым. Главный мотив, который движет ребенком, – сделать не так, как просят, а наоборот.

2. **Упрямство** – это «такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал, то есть это «реакция не на предложение, а на свое собственное решение». Например, ребенка, когда он уже проснулся, мама просит встать с постели. Ребенок в течение долгого времени не соглашается встать, хотя ему уже давно надоело лежать в постели и хочется поиграть с игрушками. Однако он заявляет: «Сказал – не встану, значит не встану!»

Зачастую родители, встав на позицию «кто – кого», тем самым усугубляют, закрепляют проявления упрямства и загоняют ребенка «в угол», лишая возможности выйти с достоинством из возникшей конфликтной ситуации.

Упрямство отличается от простого непослушания:

*- мотивом* (если ребенок продолжает настаивать и не соглашается со взрослым, когда он хочет продолжать делать что-то свое, это будет не упрямство, а непослушание. Если же он противоречит только потому, что не хочет отступать от своего слова, это будет упрямство);

*-* *отношением к себе* (ребенок делает наперекор другим потому, что это он так сказал, и это он не хочет менять своих решений).

3. **Строптивость** отличается от негативизма тем, что она безлична, а не направлена против человека. Строптивость направлена против самого образа жизни, против тех правил, которые были в его жизни до 3 лет. Это «скрытый бунт против того, с чем ребенок имел дело раньше». При авторитарном воспитании строптивость является одной из главных черт кризиса 3 лет.

4. **Своеволие** проявляется в том, что ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет. В этом случае проявляется тенденция к самостоятельности.

Следующие симптомы относятся к симптомам вторичного значения.

5. **Протест-бунт** проявляется в том, что все поведение ребенка носит протестующий характер, как будто «ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними». Протест-бунт часто выливается в частые ссоры с родителями.

6. **Обесценивание**. В этом случае обесцениваются старые привязанности ребенка к вещам, к людям, к правилам поведения. Ребенок может начать употреблять бранные слова, которые до сих пор было не принято произносить дома. В его речи появляются выражения, которые обозначают все плохое, отрицательное, негативное. Иногда дети обзывают любимых бабушек, мам грубыми словами.

Кроме того, для трехлетнего ребенка могут вдруг потерять ценность еще совсем недавно обожаемые им игрушки, книги, и тогда он может бросать их, рвать, давать им негативные названия.

7. **Деспотизм** чаще всего проявляется в семье с единственным ребенком. Он изо всех сил пытается проявить власть над окружающими, ему хочется добиться того положения, которое было в раннем детстве, когда исполнялись все его желания.

Если в семье несколько детей, этот симптом можно назвать ревностью. Ребенок все также стремится к власти и потому проявляет ревность к братьям или сестрам, с которыми он вынужден делить власть.

Таким образом, кризис трех лет – это бунт против авторитарного воспитания, это протест ребенка, требующего самостоятельности, переросшего те нормы и формы опеки, которые сложились в раннем возрасте.

Воспитатели, родители и другие близкие ребенку люди в период кризиса испытывают трудности во взаимодействии с ним, так как маленький забавный малыш «вдруг» превращается в упрямое, строптивое, деспотичное создание. Самостоятельность и активность ребенка возрастают, изменяется отношение ребенка и к собственному «Я», и к другим людям, окружающим его.

Следствием проявления перечисленных симптомов кризиса трех лет могут стать внутренние и внешние конфликты, невротические проявления (энурез, ночные страхи, заикание и др.).

Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса?

Как помочь ребенку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство - это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность - демонстрация соб­ственной значимости для других, ощущение своего «Я»; эгоизм - в здоровом виде чувство «самости», собственное достоинство; агрессивность крайняя форма чувства самозащиты; замкнутость - неадек­ватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором поло­жительных качеств, главная задача родителей и педагогов - не допустить закрепления их крайних проявлений.

**Что необходимо знать родителям о детском уп­рямстве и капризности**

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

- Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5 - 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.

- Пик упрямства приходится на 2,5—3 года жизни.

- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

- Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых - до 19 раз!

- Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского по­ведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокой­ствия.

**Что могут сделать родители**

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего по­могает только одно - взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!» Ребенку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т. д.)!», «А что это там за окном ворона делает?» — подобные отвлекающие маневры заинтригуют кап­ризулю, он успокоится.

Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и совместные игры.

Кризис трех лет — это прежде всего кризис социальных отношений ребенка, он происходит по оси перестройки социальных взаимоотношений личности — ребенка и окружающих людей. Следует отметить, что кризис трех лет протекает остро только в том случае, если взрослые не замечают или не хотят замечать у ребенка тенденцию к самостоятельности, когда они стремятся сохранить прежний тип взаимоотношений, устраивающий их, взрослых, когда они сдерживают самостоятельность и активность ребенка.

Если же взрослые реагируют на изменения, происходящие в ребенке, если они заменяют авторитарный стиль взаимодействия с ребенком, гиперопеку на партнерское общение с ним, предоставляют ему самостоятельность (в разумных пределах), конфликтов между ними и трудностей общения может и не возникнуть или они будут иметь временный, преходящий характер.