

Педагог-психолог: Соловьева А.О.

### **Кризис 3-ёх лет (раннего детства или кризис «я сам!»)**

Развитие ребёнка индивидуально и тем не менее подчиняется определённым, очень строгим, законам. Периоды относительно спокойного роста, не только физического, но и психического, сменяются резкими скачками. Это неизбежно и абсолютно нормально, поскольку количество усвоенных ребёнком знаний, умений и навыков перерастает в изменения в качественные.

В детском возрасте (от рождения до 18 лет) выделяют несколько кризисов:

1. Кризис 1 года (младенческий)
2. Кризис 3-ёх лет (раннего детства или кризис «я сам!»)
3. Кризис 7-ми лет (детства)
4. Кризис 13-ти лет (подростковый или пубертатный)
5. Кризис 17-ти лет (юношеский)

Каждый кризис имеет определённый возрастной период, но это вовсе не означает, что он наступит непременно в день рождения вашего малыша. Совершенно нормальным считается наступление возрастного кризиса за полгода до указанного возраста или даже через год после.

В данной статье поговорим о кризисе 3х лет, его проявлениях, причинах и дадим рекомендации родителям, по преодолению негативных симптомов.

Кризис трех лет — это возрастной кризис, возникающий при переходе от раннего возраста к дошкольному, характеризующийся резкой и кардинальной перестройкой сложившихся личностных механизмов и становлением новых черт сознания и личности ребенка. Знаменитый кризис трёх лет у многих детей начинается уже в 2,5 года. Психологическая сущность этого кризиса состоит в том, что ребёнок впервые начинает осознавать себя отдельным человеком, имеющим собственную волю. Ребёнок отделяется от взрослого и хочет действовать самостоятельно: «Я сам». К третьему году жизни ребёнок начинает выполнять без помощи взрослого разнообразные действия, усваивает навыки самообслуживания, у него развиваются восприятие, интеллект, речь. В результате он понимает, действие выполняет именно он. Внешне это выражается в том, что ребёнок начинает говорить о себе не в третьем лице: «Мама, дай ему компот», «Папа, сними сыночка с

крыльца», а в первом лице: «Я иду гулять», «Дай мне машинку», «Возьми меня с собой». Ребёнок начинает сравнивать себя со взрослым и хочет быть таким, как взрослый, выполнять такие же действия, как взрослый. Кризис трёх лет – это выделение своего «Я», отделение себя от взрослого. Драматизм этого события состоит в том, что ребёнок борется за самостоятельность и независимость при полной ещё зависимости от родителей.

### **Семь симптомов кризиса**

Кризис трёх лет может выражаться в проявлении таких симптомов, как негативизм, упрямство, строптивость, своеволие, протест-бунт, обесценивание, стремление к деспотизму. Стоит выделить семь наиболее ярких особенностей поведения ребёнка в период кризиса трёх лет «семизвездием симптомов». Рассмотрим эти симптомы более подробно.

- Негативизм — это отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому человеку. Ребёнок не делает что-то только потому, что это предложил ему определённый взрослый человек. Негативизм избирателен: ребёнок игнорирует требования одного члена семьи или одной воспитательницы, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия — сделать наоборот, то есть прямо противоположно тому, что ему сказали.
- Упрямство — это реакция ребёнка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он этого потребовал у взрослого, и отказаться от собственного решения даже при изменившихся обстоятельствах ребёнок не может. Упрямство следует отличать от настойчивости в достижении какой-либо определённой цели.
- Строптивость — направлена в целом против норм воспитания, системы отношений, образа жизни в семье, а не против конкретного взрослого.
- Своеволье — желание ребёнка всё делать самому (ключевые слова в речи «Я сам!»), проявление инициативы собственного действия, которая неадекватна возможностям ребёнка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми. При этом меняется отношение ребёнка к окружающему миру: теперь ребёнком движет не только желание узнавать новое, овладевать действиями и навыками поведения. Ребёнок начинает активно удовлетворять познавательную потребность. Это проявляется в его активности, любознательности. Но проявление инициативы может вызывать конфликты со взрослыми, поскольку она зачастую неадекватна возможностям ребёнка. Необходимо учитывать то, что ребёнок пробует свои силы, проверяет возможности. Он утверждает себя, и это способствует появлению детского самолюбия — важнейшего стимула к саморазвитию и самосовершенствованию.
- Протест-бунт — проявляется в частых конфликтах с родителями. Ребёнку важно, чтобы окружающие люди всерьёз относились к его самостоятельности. Если ребёнок не чувствует, что с ним считаются, что

уважают его мнение и желания — он начинает протестовать. Он бунтует против прежних рамок, против прежних отношений. Считается, что именно в этом возрасте у ребёнка начинает формироваться воля, независимость и самостоятельность.

- Обесценивание — в глазах ребёнка обесценивается всё то, что было для него привычно, интересно, дорого раньше. Симптом обесценивания может проявляться в том, что ребёнок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей, ломать любимые игрушки.
- Деспотизм — ребёнок проявляет деспотическую власть по отношению к близким людям, заставляет родителей делать всё, что он требует.

### **Причины возникновения симптомов**

Причины возникновения негативизма, упрямства, своеволия и других симптомов в поведении объясняются тем, что ребёнок начинает осознавать себя самостоятельной личностью и проявлять собственную волю. Обострение взаимоотношений со взрослыми может быть следствием авторитарной модели взаимодействия в семье, ограничения самостоятельности и личной инициативы ребёнка, частого и неадекватного применения запретов и наказаний, а также наличия гиперопеки в воспитании, несогласованности и непоследовательности в требованиях к ребёнку окружающих людей. За всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме». Положительными личностными приобретениями детей на данном этапе развития является становление нового уровня самосознания, стремление к самостоятельности, развитие активности, волевых качеств, установление со взрослыми новых и более глубоких отношений в общении, игре, познавательной и предметной деятельности, в которой велика значимость положительной оценки родителями личных достижений, успехов детей. Однако иногда кризис трёх лет может протекать без каких-либо явных негативных проявлений. Мнение о том, что это может как-то негативно сказаться на психическом развитии или становлении личности, ошибочно. В кризисе развития главное не то, как он протекает, а то, к чему он приводит. Появление таких качеств, как воля, самостоятельность, гордость за достижения является верным признаком адекватного развития личности ребёнка на данном возрастном этапе.

### **Рекомендации к преодолению негативных симптомов в поведении ребенка 3-х лет**

- Избегание авторитарного стиля взаимоотношений и гиперопеки в воспитании.
- Осуществление единой тактики воспитания в семье.

- Поощрение познавательного интереса и самостоятельности ребенка (в доступных пределах для данного возраста).
- Использование игровых приемов в общении и обучении ребенка самостоятельности.
- Объяснение правил поведения ребенку в простой и доступной для него форме. Проявление спокойной требовательности к исполнению этих правил.
- Акцент в воспитании на позитивном разрешении действовать, а не на запретах и наказании.
- Совместный поиск компромиссных решений в конфликтных ситуациях, предоставляющий ребенку право выбора.
- Обучение ребенка навыкам общения со сверстниками и взрослыми.

Любовь и поддержка помогут преодолеть кризисы любого возраста!