

Преподаватели кафедры социологии,  
общей и юридической психологии  
факультета ГМУ  
Волгоградского института  
управления – филиала РАНХиГС  
Забродина Т.И., Кузеванова А.Л.,  
Малявина С.С., Мартиросян К.В.,  
Сагайдак В.А., Семиколеннова Ю.А.,  
Терелянская И.В., Хачатрян А.Ю.,  
Хрипунова С.В., Февраль 2022 г.

### *Консультация для родителей:*

#### *«Особенности кризиса трех лет у детей. Что делать родителям?»*

Трехлетний возраст – переломный момент в жизни ребенка. От рождения до 3 лет ребенок меняется столь существенно, что его развитие в этот период можно назвать стремительным по сравнению с развитием на всех последующих этапах взросления. Именно в 3 года у ребенка в основных чертах: *складывается характер, целостное отношение к миру, способность к целенаправленной и осмысленной деятельности, высокий уровень социального поведения*, то есть **сугубо человеческие способы существования в мире людей и физических объектов.**

У малыша формируется совершенно уникальное отношение к себе как части окружающего его мира, возникают первые достаточно зрелые структуры *образа себя, основанные на опыте индивидуального предметного действия и общения с окружающими.*

Кризис 3 лет называют «трудным» возрастом. По свидетельству многих ученых, он отмечен повышенной конфликтностью и трудновоспитуемостью ребенка. Взрослым становится все сложнее управляться с усиливающейся строптивостью и несговорчивостью малыша.

Однако и самому ребенку в этот период нелегко. «Трудный» возраст в первую очередь труден для него самого.

Ломаются стереотипы в отношениях с окружающими, малыш начинает по-новому осмысливать действительность и свое место в ней. *За короткий срок он меняется коренным образом.*

**Если изменения в личности и сознании 3-х летнего ребенка встречают понимание и поддержку окружающих, то вся негативная симптоматика его поведения легко преодолевается и не омрачает взаимоотношений взрослых со своим малышом, если нет – кризис принимает вид тяжело и остро текущего процесса.**

Ребенок постоянно развивается, а всякому процессу развития (помимо медленных, постепенных перемен) свойственны скачкообразные переходы – кризисы. Они необходимы, это - движущая сила развития. Во время кризиса происходит изменение не только в психическом, но и в физическом развитии (ранимость центральной нервной системы, бурный рост тела, внутренних органов).

Еще вчера послушный малыш вдруг становится раздражительным, требовательным, упрямым, неуправляемым? Возможно, он переживает кризис

## Признаки кризиса трех лет

### **Упрямство**

Эта черта пронизывает практически все поведение ребенка. Он не воспринимает мнение других людей, а постоянно настаивает на своем. Ребенок устраивает истерики (чаще в людных местах): После приема у врача, мальчик попросил маму купить ему покушать, мама спокойным голосом ответила, что сейчас они пойдут домой и там пообедают, на что ребенок закатил истерику, что ему есть не дают, тем самым привлекая посторонних наблюдателей принять его сторону.

### **Строптивость**

Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно это проявляется в семьях, где наблюдаются противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, бабушка вообще все разрешает).

### **Своеволие**

Ребенок ставит перед собой цели и идет к их достижению через все преграды. Например, малышу захотелось пойти погулять, но взрослым некогда. Ребенок настаивает, используя все методы воздействия на родителей (вежливые просьбы, нытье, угрозы, капризы и т.д.).

### **Симптом обесценивания**

Проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей. Например, в этом возрасте ребенок впервые вполне осознанно может использовать «скверные» слова в адрес родителей. Если такое поведение остается незамеченным или же вызывает насмешку, смех, удивление, то для малыша это может стать подкреплением его действий. Когда позднее (в 7-8 лет) родители вдруг обнаружат, что ребенок спокойно им дерзит и захотят это исправить, то сделать что-либо будет уже поздно. Синдром обесценивания станет привычной линией поведения ребенка.

### **Деспотизм**

Ребенок заставляет родителей делать все, что он хочет. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм может проявляться как ревность. Например, ребенок может забирать игрушки, одежду, толкать, замахиваться.

### **Негативизм**

Это реакция ребенка не на содержание предложений взрослых, а на то, что это исходит именно от взрослого. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию. Часто это проявляется в отношении ребенка к пище: дома ребенок отказывается от определенного продукта, но когда этим же продуктом его угощают другие люди, он спокойно и с удовольствием все съедает.

### **Источники негативных проявлений.**

*Негативизм, своеволие, упрямство.* Трудности переходного периода у трехлетки подготавливаются всем его предшествующим развитием, когда новые черты постепенно проникают в его активную сферу и, закрепляясь в ней, создают своеобразную критическую массу, **требующую кардинальной перестройки всей системы отношений малыша к миру – предметной деятельности, другим людям, самому себе.**

Эти три главные линии отношений, соединяясь и образуя *качественно новый уровень личности ребенка, вступившего в критическую фазу развития*, обеспечивают его готовность к принятию новых жизненных задач. С этого момента наступает перелом в мироощущении малыша, из-за чего **становится нестабильным его поведение, повышается чувствительность к отношению взрослых, появляется несговорчивость.** Возникновение

кризиса не всегда совпадает с календарным возрастом ребенка. Он может обнаруживаться в диапазоне от 2 лет до 3,5 года.

До кризисной фазы своего развития малыш практически всегда послушен воле взрослого, охотно подражает ему во всем, и только огромная любознательность толкает его к нарушению родительских запретов и кратковременным стычкам со взрослыми.

В середине 3-го года жизни у большинства детей возникает первый кризисный симптом – *негативизм*, когда ребенок внезапно перестает беспрекословно выполнять то, о чем его просят.

Складывается впечатление, что ребенок перестает получать удовольствие от одобрения взрослых и находит удовлетворение только в том, чтобы вывести их из себя. Он как бы специально провоцирует конфликт. Не установление истины, а спор со взрослым, противоборство с ним, похоже, становится его основной целью.

Первичный негативизм (в самом начале 3-го года жизни) не страшен, не опасен, это не признак испорченного характера или изощенного желания досадить взрослому.

Напротив, негативизм отражает прогрессивные тенденции в развитии малыша – начавшуюся у него *психическую эмансипацию от взрослого, его попытку выделить свое «Я» в нечто особое*.

У ребенка возникают собственные желания и намерения, которые он и пытается противопоставить намерениям взрослых. Делает он это неумело.

Возможности детей заявить о своих намерениях еще очень ограничены, а сами намерения они не в состоянии даже четко сформулировать.

Если взрослые не пускаются в длительные споры с малышом, не пытаются искоренить «крамолу» в зародыше и настоять на своем любой ценой, а, напротив, поддерживают, превращают негативизм в игру, обучая малыша при этом выражать свои желания и намерения иначе, то негативизм очень скоро исчезает из отношений ребенка и взрослого, не закрепляется он и в поведении трехлетки.

В противном случае он может стать для ребенка *способом отстаивать свои замыслы* и принесут ему много сложностей в общении со сверстниками.

Многие взрослые болезненно переживают подобные ситуации, усматривают в них лживость и хитрость маленького строптивца. Боясь избаловать малыша или пропустить безнаказанным вопиющий обман, они с упорством, достойным лучшего применения, стараются сломить его сопротивление и обнаруживают, что трехлетка более изоощренно защищается от их посягательств.

*Если в общении с ребенком взрослые сталкиваются с подобными проявлениями своеволия и упрямства, нужно терпение, понимание малыша и отсутствие злости от беспомощности.*

Пресекать ее следует сразу и самым решительным образом.

Как только возникла истерическая буря впервые, надо дать понять свое полное безразличие к ней, что это ни в коем случае не способ добиться желаемого.

Истеричному ребенку, как правило, нужна «аудитория». Он никогда не плачет «для себя», а только для других. Поэтому надо лишить его зрителей. В одиночку он успокоится быстрее.

Ни в коем случае не давать никакой оценки в связи с недавней истерикой, не обсуждать его поведение, показывая, что оно вам безразлично.

**Преодоление негативизма.**

Чаще всего истерики свойственны нервным и легко возбудимым или детям истеричных родителей, но могут возникать и у вполне уравновешенных и здоровых детей. Стоит только раз уступить силовому давлению ребенка – и взрослые сталкиваются с истерикой. Умело используя их испуг и растерянность, малыш будет искусно манипулировать страхом перед истерическим припадком и закатывать сцены всякий раз, когда ему нужно будет выудить желаемое.

***Истерия – не заболевание в полном смысле этого слова. Это скорее болезнь скверного характера.***

Ребенок не должен осознать (и это важно!), что его поведение огорчило или вывело кого-то из себя. Трехлетка злопамятен, в другой раз он закатит истерику нарочно, чтобы разозлить, обратить ее в средство мести, если как способ давления она не подействовала. А истерика не должна запечатлеться в его сознании как средство, что-то меняющее в отношениях людей. Убрать ее из поведения ребенка можно лишь ***абсолютным безразличием, нулевым эмоциональным отношением к ней.***

Однако гораздо чаще родителей допекают не столько острые истерические проявления, сколько изматывающие душу нудные плаксивые просьбы малышей. Дети-нытики могут часами канючить что-либо, не вникая никаким резонам. Если в 2 года ноющего ребенка еще удастся отвлечь и переключить на что-то другое, то с трехлеткой это получается не всегда. Он гораздо упорнее, артистичней и изобретательней в сеансах слезных выклянчиваний. Трехлетки очень свойственны демонстративные формы поведения, и при неблагоприятном стечении обстоятельств он может стать маленьким притворщиком или назойливым нытиком.

Лучше всего не допускать их сразу. Быть внимательными к просьбам детей. От 2 до 3 лет для них типичен повышенный интерес к вещам, принадлежащим взрослым. Как показывает опыт, дети, которым запрещают трогать лишь необходимый минимум предметов, никогда не нарушают запретов в отношении этого набора и обычно не склонны к слезливым просьбам.

Если взрослый вынужден отказать, то сделать это надо решительно, но аргументировано. ***Мотивы отказа должны быть понятны ребенку и не оставлять у него ощущения произвола с вашей стороны.***

Только не нужно говорить снова и безо всяких объяснений «нет».

Чаще всего дети-нытики – это не безнадежно избалованные капризули, а малыши, замечательные свойства которых: ***любопытность, активность и стремление к самостоятельности – не находят своего законного удовлетворения.***

Обычно у детей раннего возраста агрессия выражается и вербально (угрозы, обещания убить, разорвать на кусочки), и в виде физического действия (ребенок кусается, дерется, плюет). Однозначно трактовать подобные выходки детей нельзя.

Агрессия может иметь самые разнообразные причины. Однако, если она не следствие психических отклонений, то ее внедрению в поведение малыша обычно способствуют педагогические ошибки взрослых. Чаще всего агрессия свойственна детям, которых подвергают физическим наказаниям или которым часто угрожают на словах.

***Она становится формой поведения, заимствованной у взрослых.***

Сталкиваясь с ответной агрессией малыша, родители, исповедующие заповедь «пожалеешь розгу – испортишь ребенка», чаще всего склонны бороться с ней путем еще более суровых наказаний и, как правило, добиваются своего. Ребенок перестает поднимать руку на взрослых, покоряется старшим.

Ничего хорошего для развивающейся личности эта практика не дает – не исключено, что с *возрастом он станет ущербным, боязливым и внутренне недобрым человеком.*

Необходимо показать ему всем своим видом, что обижены и огорчены, что совершенно нет желания общаться с ним или выполнять его просьбы. Когда ребенок устыдится и станет искать примирения, обязательно надо пойти ему навстречу, не укоренять у него злопамятность длительной обидой. Нужно показать малышу, что не приемлете подобных действий с его стороны, ведь взрослые так не обращаются, даже если они очень рассержены.

*Объяснение и личный пример – лучшие средства борьбы с негативизмом и агрессией.*

Капризный, упрямый, непослушный... Такую характеристику дают чаще всего детям, с которыми трудно стало справляться. Но ребенок не может оставаться одинаковым, так как его развитие предполагает необходимость перемен.

Общая и нервно-психологическая реакция ребенка формируется неравномерно. Периоды более или менее плавного развития чередуются со своего рода скачками, качественными взрывами, часто бурными и резкими.

Первый возрастной кризис у детей происходит примерно в 3 года, второй — в 6-7 лет, третий — около 13 лет.

Возраст после двух лет нередко становится возрастом необъяснимого упрямства и негативизма. Это важный момент в развитии малыша. Ребенок начинает осознавать себя как отдельного человека, со своими желаниями и особенностями. В этом возрасте у ребенка появляется новое слово “не хочу”, оно начинает довольно часто встречаться в словаре вашего бывшего ангелочка. Малыш нередко действует наоборот: вы его зовете, а он убегает; просите быть аккуратнее, а он специально разбрасывает вещи. Ребенок кричит, может топагть ногами, замахиваться на вас со злым, сердитым лицом. Таким образом малыш проявляет свою активность, самостоятельность, настойчивость в достижении желаемого. Но умения для этого еще пока не хватает. Ему начинает что-то не нравиться, и ребенок выражает свою неудовлетворенность.

Нам с вами представить себе это довольно трудно, потому что мы живем со своим “Я” и без этого себя не представляем. Но малыш под влиянием возрастающей практической самостоятельности только начинает осознавать свое “Я”. Ведь он овладевает возможностями делать без помощи взрослого множество действий, усваивает навыки одевания, еды и т. п. Внешне это выглядит так: ребенок, называющий себя раньше в третьем лице (он, она), начинает осознавать себя лицом первым: “Дай мне машинку!”.

Этот период длится обычно несколько месяцев и протекает у всех детей по-разному. И взрослые именно в это время испытывают значительные трудности в общении и взаимодействии с ребенком, они сталкиваются с негативизмом и упрямством. Дети протестуют против опеки и делают то, что заведомо запрещено. Не надо сердиться на ребенка, пытаться силой заставить его, отвечать на его крик криком или наказывать. Это может закрепить в подсознании мотивы отрицательного поведения.

Найдите в себе силы терпеливо отнестись к маленькому крикуну. Лучше постараться переключить его на другие дела, так как ребенок иногда и сам бы рад, да не может успокоиться. Например, стоит поставить его любимую кассету, включить мультфильм. Если же акцентировать внимание малыша на конфликте — это может привести к неврозам. Нужно внимательно следить за изменениями в поведении ребенка. Если вдруг он отказывается от

контакта с окружающими, однообразно раскачивается или долго-долго перебирает пальцы, то нужно немедленно показать малыша психоневрологу.

Итак, кризис может обнаруживаться в противоречии, которое можно устранить, как говорится, тем же: “Не смей мыть руки!”. И ребенок сделает это с усердием, которому позавидуешь. Но кризис может проходить на грани нервного заболевания, в форме детского деспотизма — стремления проявить власть над окружающими. Ребенок требует, чтобы исполнялось все, что он хочет. А если этого не происходит, то малыш бросается на пол, сучит ногами, бьет руками, кричит. В этом выражается его бессильная злоба. Что делать в таких ситуациях? Ответ на это вы найдете в разделе “Агрессивность”.

Кризис может протекать тяжело и сопровождаться беспокойным сном, ночными страхами, недержанием мочи, заиканием.

### **Установите правила и не меняйте их ни в коем случае.**

Станьте для малыша вторым “Я”. Напомните ему о правилах, которые вы вместе установили, и скажите: “Лучше ты мне, Саша, скажи, что тебе хочется ударить мишку и ты знаешь, что этого делать нельзя. Потому что драться нехорошо!” Чаще всего у ребенка после этих слов пропадает желание вступить в драку.

Когда ребенок поступает правильно, хвалите его. Это закрепляет положительное поведение. И хвалите не односложно: “Молодец!”, — а старайтесь сказать, что именно он сделал хорошо и почему вы довольны.

Ребенка, который ведет себя агрессивно, необходимо посадить на стул на 2—5 минут. Если же дети дерутся, то необходимо развести их по разным комнатам, но сказать, что это не наказание, а тайм-аут. Он для того, чтобы ребята пришли в себя и успокоились. Когда ребенок успокоился, спросите, понимает ли он, что может произвести плохое впечатление, хочет ли он, чтобы его хвалили, чтобы у него было много друзей, и объясните, что для этого нужно. Узнайте у ребенка, что он считает необходимым условием для того, чтобы у него было много друзей. Скажите ему, что он останется совершенно один, если будет дальше себя так вести. Но не пугайте тем, что вы откажетесь от него — это может вызвать новую агрессию. Просто покажите, что вы переживаете из-за него, огорчены.

Объясните ребенку, насколько смешны его фантазии. Можете сказать, что если все ему будут прислуживать, то это будет неинтересно, глупо и скучно, потому что все будут избегать его, так как он будет доставлять неудобства и неприятности.

Чаще всего дети агрессивны, когда устали или голодны. Не отправляйтесь в магазин, когда там большая очередь и малышу придется долго ждать. Также автобус в “час-пик” — не место для проголодавшегося малыша.

Крайний случай, когда ребенку грозит опасность для жизни или когда она угрожает кому-нибудь. Обнимите ребенка, стараясь его удержать. Это его успокоит. Но не проявляйте насилия, чтобы малыш не чувствовал, что на него нападают.

Сочините сказку, где ваш малыш будет главным героем, создавая ситуации, где ребенок ведет себя правильно и получает за это похвалу. Поговорите об этом, когда малыш спокоен, ибо если нервничает, он вас не услышит.

Малыш чаще прекращает капризничать не тогда, когда вы его об этом просите или требуете, а когда переключаете его внимание другой просьбой. Вместо того чтобы потребовать прекратить крик, попросите его подойти к вам. Ребенок сделает это без особого труда.

Вы, скорее всего, тоже раздражены. Поэтому скажите об этом малышу, чтобы он вам дал возможность прийти в себя и успокоиться. А потом уже можно поговорить.

И последнее. Помните, что ребенок не изменится в один день или ночь. Поэтому вооружитесь терпением и радуйтесь даже самым маленьким победам. Это приведет вас к успеху.

**Упрямство, протесты, истерики и своеволие** - частые проявления кризиса 3 лет у детей. Еще вчера милый и послушный, малыш вдруг превращается в тирана, устраивающего истерики по любому поводу. Как реагировать и что делать родителям?

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми. Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода - кризис трех лет. У малышек он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие.

Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу.

Нередко такое поведение ребенка застаёт родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

#### **Как реагировать родителям?**

Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе? В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. Это не приведет ни к чему хорошему. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже нельзя. Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое. Например, предложить почитать ему любимую книжку или вместе поиграть в какую-нибудь игру. Конечно, если ребенок уже достиг пика истерики, это не сработает. В этом случае приступ детского гнева нужно просто переждать. Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. Оставайтесь спокойны, как бы трудно это ни было. После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.

Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?».

#### **Помогите ребенку справиться с кризисом**

Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышек за хорошее поведение и поощряйте самостоятельность «Катюша молодец!

Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет», расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Катюша такая умница – сама днем спать легла». Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя.

Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность. Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на, казалось бы, простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь кризис 3 лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка.

Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!