

Рекомендации педагога-психолога: «Кризис трех лет»



В кризис 3-х лет ребёнок становится невыносимым. «Протестует, обесценивает, злится, «нет» и «я сам!», устраивает истерики, проявляет негативизм ко всем и ко всему.

Один из важнейших периодов! Генеральная репетиция (для родителей) подросткового возраста.

И трёхлетка, и подросток переживают сильнейшую сепарацию (процесс отделения ребенка от родителей, когда он становится самостоятельным)- и это невозможно без проявления агрессии.

Ребенок освоил речь. Вы бы знали, как там в головном мозге всё изменилось и укрепилось. Как будто на белой простыне появился мудрёный орнамент.

Малыш понял, что он не просто отдельный, он ещё и действовать может так, как ЕМУ хочется. Его тело теперь принадлежит ему, а не маме. Это сильнейшее изменение, и именно поэтому так трудно одеться, умыться, собраться и т. д.

Что делать?

- Говорить и договариваться. Становится переводчиком: называть внутреннюю бурю ребёнка правильными словами, связывать его состояния и речь- это залог саморегуляции.
- Давать больше самостоятельности. Не делать за него, а предоставлять возможность выполнять маленькие дела, самостоятельно принимать решения. Сам оделся, сам поднялся, сам сделал.
- Давать возможность выбора.

Ребёнку очень важно проявлять свою волю. Чем больше безопасного пространства для самовыражения, тем меньше противоборства в других ситуациях.

- Давать больше самостоятельности. Не делать за него, а предоставлять возможность выполнять маленькие дела, самостоятельно принимать решения. Сам оделся, сам поднялся, сам сделал.
- Стараться оставаться спокойными родителями хоть это очень и очень непросто. Но именно этот опыт будет помогать ребёнку больше всего.
- Разозлился - мама спокойно объяснила и помогла.
- Расстроился - мама спокойно объяснила и помогла.
- Раскричался - мама спокойно объяснила и помогла.
- Начал драться - мама спокойно объяснила и помогла.

На любые просьбы - ребёнок твердит вам «*НЕТ*». Не сердитесь и не обижайтесь на него, ведь это ваше обычное слово, когда вы воспитываете его. А он полностью считает себя взрослым, самостоятельным и подражает вам. Что бы мирно решить возникший вопрос или проблему между вами, найдите выход в ролевой игре, которая с 3-х лет становится ведущей деятельностью ребенка.

Для нормального развития ребенка с **кризисом** 3-х лет важно ощущать что все взрослые в доме знают, что рядом с ним не малыш, а равный им товарищ и друг.

Важно помнить что все, что происходит с нашим ребёнком, мы рассматриваем и оцениваем с позиции взрослого! Что бы **кризис** прошел легко и благополучно, любите ребенка и уважайте его как самостоятельную полноценную личность!