

Кризис трёх лет.

Кризис трех лет – переходный этап психического развития между ранним и дошкольным возрастом. Характеризуется кардинальной перестройкой структуры личности – ребенок начинает осознавать наличие воли (произвольности), активности, способности делать выбор, действовать самостоятельно. Кризис проявляется эмоционально-поведенческими симптомами: негативизмом, упрямством, строптивостью, своеволием, протестными реакциями, деспотизмом.

Кризисные периоды развития отличаются от стабильных возникновением качественных изменений психики, наличием конфликта между новыми потребностями ребенка и устоявшимися социальными отношениями, формами деятельности. Признаки кризиса трех лет наблюдаются между 2,5 и 3,5 годами, результатом становится психологическое отделение ребенка от мамы, папы, старших сестер, братьев. Степень выраженности, интенсивности симптомов колеблется от едва заметных капризов до регулярных частых истерик, постоянного негативизма, сопротивления взрослым. Вне зависимости от особенностей течения переходный период завершается появлением новообразований, необходимых для дальнейшего правильного развития – самосознания, волевых качеств, самостоятельности.

Ребенок стремится к установлению правил, норм, выстраиванию отношений на основе социальных ролей, личностных качеств. При этом родители сохраняют прежние модели поведения – ориентацию на предметную деятельность, ограничение поля возможностей для проявлений самостоятельности. Конфликт сопровождается ссорами с взрослыми. Выраженность данного периода определяется сочетанным воздействием определенных факторов:

- **Авторитаризм.** Стремление взрослых устанавливать жесткие нормы, требование безусловного подчинения подавляет волю, самостоятельность малыша. Кризис протекает с реакциями бунта, открытого сопротивления родителям.
- **Гиперопека.** Чрезмерная родительская забота в условиях становления личности ребенка, возрастания самостоятельности становится причиной негативизма, строптивости, непослушания. Интенсивность гиперопеки напрямую коррелирует с продолжительностью, яркостью кризиса.
- **Состав семьи.** При наличии братьев, сестер, участвующих в воспитании, кризис обычно протекает легче. Ребенок имеет больше возможностей, вариантов выстраивания отношений.
- **Темперамент.** Интенсивность, устойчивость, легкость возникновения эмоциональных реакций отчасти определяются врожденными особенностями

нервной системы. Конфликты провоцируют большой отклик у холериков, меланхоликов.

- **Состояние здоровья.** Выраженность эмоционально-поведенческих отклонений определяется наличием заболеваний у ребенка. Болезненные дети часто испытывают повышенную зависимость от матери, развитие самостоятельности задерживается, кризис наступает позже, протекает сглажено. При неврологических заболеваниях дисбаланс процессов возбуждения-торможения проявляется большей эмоциональной неустойчивостью, гипертрофированностью кризисных проявлений.

Новообразованиями кризиса являются новый уровень самосознания, самостоятельность, выстраивание социальных отношений, волевая регуляция деятельности. Положительные изменения скрыты за негативными симптомами – непослушанием, строптивостью, капризами, истериками. Основой эмоциональных, поведенческих нарушений становится несоответствие социальных обстоятельств изменившимся потребностям, возможностям ребенка. Мотивация поступков теперь связана не с содержанием ситуации, а с отношениями

Социальная позиция малыша перестраивается, он начинает отделять себя от взрослых не физически, как в период кризиса 1 года, а психологически. Возникает представление о себе как о личности, формируется образ «Я» как система желаний, потребностей, воли, активности. Для апробирования новых возможностей ребенок противопоставляет свои действия действиям взрослых – спорит, упрямится, отказывается. Направленность поступков определяется личностью, а не желаниями ребенка, как раньше.

Течение кризисного этапа описывается «семизвездием симптомов» (Л. С. Выготский). В трехлетнем возрасте поведение детей отличается упрямством, негативизмом, своеволием, строптивостью, протестами, обесцениванием, деспотизмом.

Негативизм – отрицательный ответ, отказ, вызванный ситуацией взаимодействия с взрослым. Реакции возникают избирательно к определенным людям. Отличие негативизма от обычного непослушания – аффект и действие разделены: ребенок хочет выполнить предложенную деятельность (пойти погулять, послушать сказку), но отказывается. Негативизм позволяет выделить собственные мотивы, проявить самостоятельность.

Упрямство сопровождается устойчивой тенденцией к деятельности, выбранной ребенком. Социальный аспект – предъявление требований взрослому, неотступное следование собственным словам, обещаниям. Для

малыша важно оставаться приверженным своему решению, невзирая на обстоятельства (замерз, но домой не заходит). Отличие упрямства от настойчивости – следование выбранному действию вопреки собственным желаниям, просьбам взрослого.

Строптивость – негативная тенденция против норм воспитания, образа жизни, системы отношений. Ребенок демонстрирует недовольство в отношении игр, ежедневных ритуалов, способов проведения досуга, посещения детского сада. Данной реакцией он акцентирует собственное мнение.

Потребность проявлять самостоятельность реализуется *своеволием* – демонстрацией инициативы действия, неадекватного возможностям, условиям.

Необходимость в уважении, признании мнений, желаний ребенка реализуется реакциями *протеста*. Желание продемонстрировать волю, независимость, самостоятельность выражается провокацией конфликтов с взрослыми.

Частые ссоры приводят к *обесцениванию*. Ребенок признает малозначимость, неважность людей, вещей, деятельности, которой увлекался ранее. Начинает ругаться, дразнить, обзывать родителей, ломать любимые игрушки.

Стремление к *деспотизму* возникает как потребность управлять окружающими, властвовать. Проявляется приказами родителям, ревностью, манипуляциями.

Что делать?

Преодоление негативных симптомов кризиса происходит быстрее при изменении отношения к повзрослевшему малышу, принятии его новых потребностей, возможностей. Психологи проводят индивидуальные консультации, групповые лекции, рассказывая родителям о приемах общения, взаимодействия с ребенком, организации времяпрепровождения.

Общие принципы:

- Поощрение самостоятельности. Малышу, проявляющему желание действовать в одиночку, не нужно помогать. Необходимо позаботиться о безопасности, похвалить за успех, поддержать при неудаче, предложить помощь в форме вопроса.

- Оценка поступков. Нельзя обзывать ребенка, давать «ярлыки» (жадина, вредина, зануда, злой). Наказывать, отчитывать нужно за действия.
- Сохранение спокойствия. Крики, раздражение взрослого усиливают эмоциональные приступы малыша. Следует демонстрировать уравновешенность, спокойно озвучивать отказ, отвечать на требования.
- Предоставление права выбора. В ежедневных бытовых вопросах стоит учитывать мнение ребенка. Выбор мультфильма, напитка, книги, места прогулки рекомендуется предоставить малышу.
- Анализ ситуации. После конфликта, спора, истерики необходимо спокойно обсудить переживания малыша, поделиться собственными эмоциями. Во время таких обсуждений ребенок учится понимать, вербально выражать чувства, мысли, состояния.