Консультация для родителей: «Кризис трех лет»

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.

Например, ребенок просит купить во время прогулки апельсиновый сок. Мама заходит в магазин, но там есть только яблочный, малыш отказывается пить, потому что сок «не тот». Он может очень хотеть пить, но все равно, требует именно апельсиновый. Ребенок устраивает истерики (чаще в людных местах): Ваня захотел снять шапку в автобусе, а мама не разрешила, и вот уже все пассажиры слушают возмущенные вопли ребенка.

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.

Вот какие решения преодоления кризиса предлагают психологи Дон и Джоан Элиум, авторы книг по воспитанию сына и дочери.

1. Для малыша важно знать, что каждое утро после того, как он проснется, его одежда будет лежать на стуле рядом с кроватью, что он оденется, умоется, будет завтракать вместе с

родителями, после почистит зубы, вымоет руки и будет играть. Подобный простой распорядок устанавливают и поддерживают родители. Причем, делая это, не повторяют по сто раз: «Оденься, умойся, ...» Они берут ребенка за руку, ведут с собой в ванную комнату, приговаривая: «А теперь пора умыться». Или: «Пора убирать игрушки. Эти кубики - словно потерявшиеся автомобили, давай поищем для них гараж...» Твердый распорядок позволяет свести к минимуму борьбу, которую обычно приходится вести родителям, добиваясь от ребенка выполнения таких дел, как одевание, собирание игрушек, чистка зубов. Нужно только быть рядом, чтобы помочь малышу. Не нужно ожидать от ребенка, что он по собственному почину сделает то, о чем его просят. Это возраст повторений, ребенку нужно настойчиво и терпеливо все показывать снова и снова, прежде чем он сможет соблюдать установленный распорядок по собственной инициативе.

2. Маленькому ребенку нужны «кирпичные стены» - абсолютные запреты, при которых не может быть места для дискуссий. Абсолютные запреты создаются родителями и последовательно, строго соблюдаются в семье (не включать плиту, утюг, телевизор, не брать спички, зажигалки, не выходить за пределы двора и т.д.).

Причем, «кирпичные стены» возводят родители не столько на словах, сколько через создание определенной домашней среды. Никакие суровые слова, объяснения, шлепки по рукам не смогут воздействовать на любопытство растущего исследователя. Ребенок скорее будет недоумевать и обижаться на родителя, который стукнул его за то, что он потянулся к красивой статуэтке. Лучше просто убрать бьющиеся и опасные предметы так, чтобы ребенок не мог дотянуться, пока не подрастет настолько, что сможет обращаться с ними достаточно осторожно.

Мальчикам и девочкам с рождения и до 4-5 лет именно «кирпичные стены» могут обеспечить физическую и эмоциональную безопасность. В их сознании благодаря абсолютным запретам возникают границы собственных возможностей. Дети знают, что родители упорядочили их жизнь, и поэтому они могут спокойно проявлять свою активность с естественной энергией и отсутствием внутренних запретов. Дети получают абсолютную свободу в ограниченных «кирпичными стенами» пределах.

Что делать родителям, чтобы помочь ребенку

пережить кризис трех лет

* Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончиться в 3,5 - 4 года.

* Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.

* Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по-возможности) в дела ребенка, если он не просит. Дочь, пыхтя, натягивает кофточку, так хочется ей помочь, но малышка не оценит Вашего стремления, скорее всего, она будет громко сопротивляться.

* Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят и вечером. Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).

* Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой (если мама излишне эмоциональна, привередлива, то дочь, скорее всего, будет такой же).

* При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное.

* Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.

* Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по-очереди - ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание, ...

* Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.

* Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

Капризы и упрямство

Прежде чем приступить к рассмотрению темы "Капризы, упрямство и способы их преодоления", необходимо определить область этой темы, т.е. поставить её в определённые рамки. Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с:
Непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве
Детским негативизмом, т.е. непринятием чего-либо без определённых причин.
Своеволием
Недисциплинированностью

Все выше перечисленные формы отклоняющегося поведения различаются лишь по степени социальной опасности, а также зависят от возрастных и индивидуальных особенностей личности ребёнка.

Понятия "капризы и упрямство" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы, но об этом позже.

УПРЯМСТВО - это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.

Проявления упрямства:

в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.
выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому " стоит на своём".

Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно порождает детскую лживость, может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности. Если такие проявления, ещё в дошкольном возрасте, из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.

Информация о капризах во многом пересекается с вышесказанным.
КАПРИЗЫ - это действия, которые лишены разумного основания, т.е. " Я так хочу и всё!!!". Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

Проявления капризов:

в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.
в недовольстве, раздражительности, плаче.
в двигательном перевозбуждении.

Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:

Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
Как правило, эта фаза 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 детей - до 19 раз!
Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:

Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.
Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.
Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка 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!". Ребёнку только этого и нужно.
Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.
Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление " сломить силой авторитета".
Спокойный тон общения, без раздражительности.
Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

достигнуто не своим трудом.
не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

за поступок, за свершившееся действие;
начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения;
очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже;
уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

О наказаниях необходимо остановиться более подробно.

1. НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:

ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема;
когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном;
во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки);

после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват);
когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался;
когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны;
когда вы сами не в себе.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

наказание не должно вредить здоровью;
если есть сомнения, то лучше не наказывать
(пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том, что совершённое действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя);
за 1 проступок - одно наказание (нельзя припоминать старые грехи);
лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием;
надо наказывать и вскоре прощать;
если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан;
ребёнок не должен бояться наказания.

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но вероятно каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.