

Кризис трёх лет – рекомендации для родителей

В этот период времени ребёнок стремится к достижению результата своей деятельности. Для него очень важно продемонстрировать свои успехи взрослому, получить от него одобрение. Во время кризиса трёх лет, у ребёнка обостряется чувство собственного достоинства, которое проявляется в повышенной обидчивости, чувствительности и эмоциональных вспышках. Как же родителям вести себя со своими трёхлетними детьми?

Кризис трёх лет у каждого ребёнка происходит в своё время, отличается по силе и продолжительности. У кого-то он может наступить в два с половиной года, у кого-то — в четыре. Один ребёнок становится неузнаваемым, «как будто его подменили». Поведение другого же мало чем будет отличаться от того, как он вёл себя ранее. Если родители конструктивно ведут себя с «трёхлеткой», то период кризиса трёх лет становится менее продолжительным и сложным. Обычно он заканчивается через несколько месяцев.

Вот несколько рекомендаций:

Установите правила. Их не должно быть много. Но эти правила необходимо соблюдать всегда. Например, каждый раз перед едой ребёнок должен мыть руки, а перед сном — чистить зубы. Дети постоянно проверяют, можно ли отменить те или иные правила. Вдруг то, что было запрещено утром, вечером можно будет сделать. Поэтому установленные правила приходится время от времени повторять.

Предоставьте ребёнку больше самостоятельности. По возможности не вмешивайтесь в его дела до тех пор, пока он вас об этом не попросит. Например, ребёнок сам пытается застегнуть пуговицу, но у него это пока не получается. Родителям нужно набраться терпения. Помогать ребёнку следует только тогда, когда тот, убедившись, что без вашей помощи ему не обойтись, сам попросит вас застегнуть ему пуговицу.

Как можно чаще предоставляйте ребёнку право выбора. Например, пусть он выберет сам, какую будет есть кашу: овсяную или пшённую? Какие сандалики обуе: белые или красные? Где вы будете гулять: в парке или во дворе?

Чаще говорите ребёнку, какой он уже большой, сколько всего умеет. Отмечайте, что у него хорошо получилось.

Обращайтесь с ним как с равным, без «сюсюканья». Ведь как раз против того, что с ним обращаются как с маленьким, ребёнок и протестует.

Просите разрешения воспользоваться его вещами. Говорите «спасибо» в ответ на его услуги. Так вы не только снизите его желание упрямяться, но и покажете хороший пример для подражания.

Если ребёнок на ваше «нет» реагирует истерикой, ни в коем случае не меняйте «нет» на «да», чтобы успокоить малыша. Стоит только один раз уступить, дав ребёнку во время плача, катания по полу или крика то, что он требует, то такая модель поведения очень быстро закрепится. А вот изжить её будет гораздо сложнее. Найдите в себе силы терпеливо отнестись к маленькому крикуну. Можно просто пожалеть ребёнка (обнять, погладить по головке). Можно переключить его внимание на другие дела или просто унести малыша в спокойное безлюдное место.

Не надо сердиться на ребёнка, пытаться силой заставить его сделать то или иное, наказывать, отвечать на его крик криком, «ломать» его, выяснять, кто сильнее или чьё слово будет последним. Всё это может закрепить у ребёнка негативное поведение или привести к неврозам.

Уважайте выбор вашего ребёнка. К сожалению, в русской культуре нет такой традиции, как уважение собственных детей. Поэтому многим родителям приходится учиться уважению. А это часто происходит на собственных ошибках.

Наступивший кризис трёх лет сообщает нам о том, что закладываются основы для формирования личности ребёнка. В это трудное время от родителей требуется коренным образом пересмотреть отношение к своим детям.