

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска
детский сад №17 «Ладушки»

Консультация «Как пережить кризис 3 и 7 лет»

Подготовил:
педагог-психолог Охременко А.А.

г. Нижневартовск

«Как справиться с кризисом трех лет»

Кризис ребенка 3-х лет — это важный этап в развитии ребенка, обозначающий переход на новую ступеньку детства. Если вы увидели, что Ваш ребенок резко изменился, и не в лучшую сторону, то не пугайтесь, а дайте ему почувствовать и насладиться своей самостоятельностью. Расширяйте права и обязанности ребенка, но в пределах разумного. Знайте, что ребенок не просто не соглашается с вами, он испытывает ваш характер и находит в нем слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по нескольку раз в день перепроверяет у вас - действительно ли то, что вы запрещаете ему, запрещено, а может быть - можно. И если есть хоть малейшая возможность "можно", то ребенок добивается своего не у вас, так у папы, у бабушек, дедушек.

Не сердитесь за это на него. А лучше сбалансируйте правильно поощрения и наказания, ласку и строгость, не забывая при этом, что «эгоизм» ребенка наивный. Ведь это мы, а не кто иной, приучили его к тому, что любое его желание — как приказ. И вдруг — что-то почему-то нельзя, что-то запрещено, в чем-то отказывают ему. Мы изменили систему требований, а почему — ребенку трудно понять. И он в отместку твердит вам «нет». Ведь это ваше обычное слово, когда вы воспитываете его. А он, считая себя самостоятельным, подражает вам. Поэтому, когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, найдите выход в ролевой игре, которая с 3-х лет становится ведущей деятельностью ребенка.

К трем годам ребенок уже осознает себя как отдельную личность и стремится продемонстрировать свою только что обнаруженную им самостоятельность, независимость от взрослого. Наряду с этим формируется желание быть вместе со взрослым и стать таким, как взрослый. Этот конфликт желаний и порождает возникновение у ребенка так называемого кризиса трех лет, основные симптомы которого таковы:

- негативизм - стремление противоречить даже не потому, что реально хочется обратного, а просто для того, чтобы противиться самому предложению, просьбе, требованию извне;
- упрямство - желание ребенка настаивать на своем, зачастую даже не для того, чтобы получить желаемое, а для того, чтобы увидеть, что с его потребностями считаются;
- своеволие - гипертрофированная тенденция к самостоятельности, ребенок принимает только то, что придумал и решил он сам;
- строптивость - общий протест против уже казалось бы принятых и устоявшихся для ребенка правил, норм поведения или режима;
- обесценивание - резкое неприятие всего любимого и приятного раньше, отказ от привязанностей к дорогим прежде предметам и людям;
- протест-бунт - этот симптом известный отечественный психолог Л.С. Выготский в своих работах описывал как «состояние войны с окружающими», постоянного конфликта с ними;
- деспотизм - ребенок превращается в маленького тирана, он постоянно со всем не согласен, диктует свои нормы и правила поведения, навязывает свои желания, требует подчинения себе, пытается распоряжаться другими членами своей семьи и т.п.

Советы родителям 3-х летнего ребенка:

1. Радуйтесь, если ребенок сделал что-то сам. Причем искренне и очень конкретно. Не говорите общих фраз, а хвалите за конкретную работу, дело. Например: «Какую высокую пирамидку ты построил!», «Какая ровная линия!»

Также критика и замечания, должны быть не обобщенными «Ты непослушный мальчишка!», а очень конкретными, желательно с выражением своих чувств: «Меня огорчает, когда ты раскидываешь еду за столом!»

Правило: «Хвалим и критикуем за конкретные дела и поступки, не обобщая и не переводя на личность ребенка»

2. Утром, собираясь в детский сад, вместо того чтобы подгонять малыша и упрекать его в неумении и медлительности, предложите ему поиграть. Пусть ребенок одевает мишку или зайца, а вы — малыша. Или соревнуйтесь, кто оденется быстрее, между собой!

Бунт и капризы в период кризиса ребенка трех лет следует не искоренять, а направлять в другое русло — игру-соревнование, игру-сказку, игру «в семью». Играйте с ребенком, через игру дети избавляются от глупого упрямства, а их поведение становится целенаправленным и настойчивым.

Правило: «Игра – всему голова!»

3. В период кризиса 3-х лет ребенок хочет быть самостоятельным. Поощряйте его самостоятельность, и он станет настоящим помощником: пусть стирает рядом с мамой или убирает со стола с бабушкой, папе можно подавать инструменты, с дедушкой чинить машину или куклу.

Правило: «Мне нужен такой помощник, как ты, малыш!»

4. Вопрос к малышу: «Что и как будем делать?» всегда эффективнее, чем жесткий приказ или навязчивая опека. Тем самым вы научите ребенка выбирать себе занятие, иметь свои желания, вместо того чтобы упрямиться и делать все наоборот. Вы научитесь прислушиваться к ребенку, незаметно подсказывать ему правильное решение. Дети любят, когда к ним обращаются за советом или помощью.

Правило: «Давай посоветуемся!»

5. Несмотря на то, что ребенок очень хочет быть самостоятельным, иногда он теряет границы. И задача родителей, во время кризиса трех лет, конечно расширить их, но тем не менее оставить достаточно четкими, для безопасности самого же ребенка.

Как не странно, не имея четких правил и ограничений, ребенок чувствует себя незащищенным. Необходима абсолютная последовательность: если вы что-то не принимаете, значит, не сдаваться и не потакать ни при каких обстоятельствах, а если что-то разрешили, значит, в другой раз то же самое уже не сможете запретить, потому что у вас не то настроение или нет желания (то, что нельзя - всегда нельзя, то, что можно - можно всегда).

Внутри означенных границ ребенок должен иметь возможность действовать с определенной степенью свободы, он должен выбирать, получать опыт, пробуя, исследуя, ошибаясь и, напротив, получая положительные результаты, достигая чего-то сам.

Правило: «Последовательность и границы – облегчают жизнь самому ребенку!»

Как НЕ надо вести себя родителям во время кризиса ребенка 3-х лет:

Постоянно ругать и наказывать ребенка за все неприятные для вас проявления его самостоятельности;

Говорить «да», когда необходимо твердое «нет»;

Потакать любому желанию ребенка, даже если оно противоречит Вашему собственному;

Пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что это важный этап в развитии ребенка, и он, и вы в состоянии его преодолеть;

Приучать малыша к легким победам, давая повод для самовосхваления: потом любое поражение для него станет трагедией. И в то же время не подчеркивать свою силу и

превосходство над ним, противодействуя ему во всем — это приведет или к безразличию во всем, или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.

«Как справиться с кризисом семи лет»

Переход ребенка от дошкольного к младшему школьному возрасту сопровождается развитием возрастного кризиса — кризиса 7 лет.

Кризисы развития неизбежны и в определенное время возникают у всех детей, только у одних кризис протекает почти незаметно, сглажено, а у других бурно и очень болезненно.

Выделяют симптомы кризиса.

Негативизм. Это такие проявления в поведении ребёнка, как нежелание что-то сделать только потому, что это предложил взрослый. Детский негативизм следует отличать от обычного непослушания. Мотив непослушания - нежелание выполнять предложенное взрослым потому, что он не хочет делать чего-либо или хочет заниматься в это время чем-то другим. Мотив негативизма - отрицательное отношение к требованиям взрослого независимо от их содержания. Уговоры, объяснения и даже наказания в этом случае оказываются бесполезными.

Упрямство. Ребёнок настаивает на чём-либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал. Мотивом упрямства в отличие от настойчивости является потребность в самоутверждении: ребёнок поступает таким образом потому, что «он так сказал». При этом само действие или предмет для него могут и не иметь привлекательности.

Строптивость. Она, в отличие от негативизма, направлена не против взрослого, а против норм поведения, установленных для ребёнка, против привычного образа жизни. Ребёнок отвечает недовольством («Да ну!») на все, что ему предлагают, и что с ним делают.

Своеволие - стремление ребёнка к самостоятельности, в желании всё сделать самому.

Протест-бунт. Всё поведение ребёнка приобретает форму протеста. Он как будто находится в состоянии войны с окружающими, постоянно происходят детские ссоры с родителями по любому, порой совершенно незначительному поводу. Складывается впечатление, что ребёнок специально провоцирует конфликты в семье.

Независимо от характера протекания кризиса, появление его симптомов говорит о том, что ребёнок стал старше и готов к более серьёзной деятельности и более «взрослым» отношениям с окружающими.

Ребенок семи лет стоит на пороге большого и трудного пути – школьного обучения. В связи с этим – новые роли, новая ответственность – все это большой груз, которые ложится на хрупкие детские плечи. Для него большую роль начинают играть оценки – это не только цифры в дневнике, но и оценки окружающих, одобрение учителя. Через них он начинает познавать себя, насколько он успешен и какое место займет в дальнейшем в социуме. И поэтому в этот период ему очень важна ваша позитивная оценка и поддержка. Ведь сейчас для него маленькая неудача в маленьком конкретном деле может означать его неуспешность как личности.

В этот период ребёнок становится крайне уязвим и обидчив. Ведь он только учится контролировать свои чувства, и очень важно проявить должное терпение и понимание, ведь это во многом определяет дальнейший эмоциональный контакт с подрастающим ребёнком.

Как показывают исследования, мягче эти периоды проходят в семьях, где взрослые проявляют уважительное отношение и интерес к мнению ребёнка, его точке зрения, где часто звучат вопросы: «**Как ты думаешь?**», «**Что было бы тебе интересно?**», «**А как считаешь ты?**» и т.д., а также где ребёнку время от времени предоставляют возможность

выбора. Например, «**Что ты будешь пить: сок или компот? Какую кофту купим: зелёную или красную?**» .

Именно вам, родителям, предстоит эта нелегкая задача сопровождения малыша в новый пока незнакомый ему большой мир, преодолев вместе трудный кризис семи лет. И от вашей поддержки, понимания и терпения во многом зависит его дальнейшее восприятие себя – как успешного, полноценного и уверенного человека.

Рекомендации «Как справиться с кризисом семи лет»

- Прежде всего нужно помнить, что кризисы – это временные явления, они проходят, их нужно пережить, как любые другие детские болезни;
- Причина острого протекания кризиса – несоответствие родительского отношения и требований желаниям и возможностям ребёнка, поэтому необходимо подумать о том, все ли запреты обусловлены и нельзя ли дать ребёнку больше свободы и самостоятельности;
- Измените своё отношение к ребёнку, он уже не маленький, внимательно отнеситесь к его мнениям и суждениям, постарайтесь его понять;
- Тон приказа и назидания в этом возрасте малоэффективен, постарайтесь не заставлять, а убеждать, рассуждать и анализировать вместе с ребёнком возможные последствия его действий;
- Поощряйте самостоятельность и активность ребенка, предоставьте ему возможность действовать самостоятельно.
- Поощряйте даже самый маленький успех ребенка на пути достижения цели. Это поможет ему укрепить веру в себя, почувствовать себя сильным и самостоятельным.
- Отвечайте на вопросы ребенка. Не сравнивайте с другими.
- Подавайте ребенку пример «взрослого» поведения. Не демонстрируйте при нем обиду и раздражение, недовольство другим человеком.
- Соблюдайте культуру диалога. Помните, что ваш малыш в общении во всем подражает вам, и в его поведении вы можете увидеть зеркальное отражение своих привычек и способов общения.
- Положительная оценка ребенка как личности, демонстрация доброжелательного к нему отношения («Я знаю, ты очень старался» «Ты умный мальчик (девочка)»)
- Выражайте уверенность в том, что у него все получится («завтра (скоро) у тебя все получится...»)
- Постарайтесь быть более внимательными к своему ребенку, проявляйте больше любви, тепла, ласки, чаще говорите ему, что вы его любите и скучаете без него.
- Во время занятий рекомендуется делать больше пауз - музыкальных, физкультурных. Упрекать детей за неуспех не надо, наоборот, надо их чаще хвалить, но за конкретный результат.
- Используйте в каждый день, тихие беседы перед сном, вечерние разговоры о том, что случилось у ребенка за день.