Объясните, пожалуйста!

Консультация психолога

Вопрос. Моей дочке 2,7 года, неделю назад начались ежедневные истерики, капризы, протесты практически на все... Объясните, пожалуйста, с чем это связано?

Кризис трех лет. Пути преодоления

На ранних этапах возрастного развития психологи отмечают следующие кризисные периоды: первый возрастной **кризис** у **детей** - кризис **новорожденного**, далее - кризис **первого года**, следующий происходит примерно в **3 года**, потом — в **6-7 лет**. Наиболее сложным в поведенческом отношении является возраст после **двух лет,** который нередко становится возрастом необъяснимого упрямства и негативизма.

Кризис трех лет представляет собой ломку взаимоотношений, которые существовали до сих пор между ребенком и взрослым. К концу раннего детства возникает тенденция к самостоятельной деятельности, которая знаменует собой то, что взрослые больше не закрыты от ребенка предметом и способом действия с ним, а как бы впервые раскрываются перед ним, выступают как носители образцов действий и отношений в окружающем мире.

В этом возрасте ребенок стремится к самостоятельности. Это означает не только возникновение внешне заметной самостоятельности, но и одновременно отделение ребенка от взрослого. Мир детской жизни из мира, ограниченного предметами, превращается в мир взрослых людей. Самостоятельная деятельность становится похожей на деятельность взрослых, ведь взрослые выступают для ребенка как образцы, ребенок хочет действовать так же, как они. Ребенок, отделяясь от взрослых, устанавливает с ними более глубокие отношения.

Кризис трех лет можно распознать по проявлению следующих симптомов:

- негативизм – неподчинение определенным требованиям;
- упрямство – настаивание на своем решении;
- строптивость – протест против порядков;
- своеволие – стремление к самостоятельности намерения, замысла;
- обесценивание взрослых;
- протест-бунт, который проявляется в частых ссорах с родителями.

А сейчас мы хотим предложить способы коррекции симптоматики кризиса трех лет.

Во-первых, нужно так организовать деятельность детей, чтобы они как можно больше были заняты, проявляли **самостоятельность.** Например, научили детей культурно-гигиеническим навыкам (мыть руки, умываться), предложите им делать это самостоятельно, а вы наблюдайте. Предложите ребенку самостоятельно убрать за собой посуду после еды. В сюжетно-ролевой игре “Дом” ребенок сначала наблюдает за воспитателем, учится действовать с предметами, а затем мы предлагаем ему: “Одень куколку теплее. На улице холодно, она может замерзнуть”. Здесь используется обучающий прием и в то же время ребенок проявляет самостоятельность в одевании. Затем ребенок самостоятельно кормит, готовит обед для куклы и т.д.

Во-вторых, через **игры-дратизации можно снять проявление агрессии**. На роль отрицательного героя выбираем ребенка, проявляющего признаки агрессии. “Волк очень злой, он громко рычит, хочет испугать козлят (предлагаем ребенку порычать). Сильно стучит в дверь, топает от недовольства ногами”. С помощью этих занятий выгоняем агрессию. Чем сильнее ребенок рычит, стучит ногами, тем эффективнее это упражнение. Также эти приемы способствуют развитию актерского мастерства. Если в группе несколько человек проявляют агрессию, то вовлекаем их в игру. “Ребята, к нам в группу пришел Бармалей. Он хочет забрать у нас все игрушки, чтобы мы сидели на стульчиках и плакали. Давайте выгоним его”. Предлагаем “забросать” Бармалея мешочками с песком, комочками из ваты. Это может быть игрушка или картинка. Эффективнее всего использовать эти приемы на занятии физкультурой или на прогулке (метание, топот, крик).

Можно проводить **коррекцию негативных проявлений через лепку,** т.к. это пластичный материал, затем можно слепить другого героя. “Давайте слепим лису, которая выгнала зайку из избушки. Она у нас получилась злая, у нее хитрые глаза, на лапках острые когти. Давайте изменим сюжет сказки, слепим добрую лису. Пусть они живут с зайчиком дружно, вместе. А эту лису мы выгоним. Сомнем пластилин, крепко будем на него нажимать, чтобы злая лиса поскорее ушла и появилась добрая”.

Закрашивание рисунка резкими размашистыми движениями также помогает сбросить агрессию. Для этого понадобится большой листок с изображением отрицательного героя: “Закрась мишку, который сломал теремок”.

Бороться с упрямством можно путем создания фантастических ситуаций. “Не хочешь кушать, не кушай. Послушай историю. Жила-была девочка Машенька. Она никогда ничего не кушала. Сначала она была пухленькой, у нее были пухленькие щечки. Потом она стала худеть, стала легкой. На улице ей пришлось держаться за маму, т.к. ветер сдувал ее с

места. А потом Маша исчезла”. Обычно такие истории имеют обратную реакцию. Можно использовать серию стихов **Г. Остера “Вредные советы”.**

Никогда не мойте уши,
Шею, руки и лицо.
Это глупое занятье
Не приводит ни к чему.
Вновь испачкаются руки,
Шея, уши и лицо.
Так зачем же тратить силы,
Время попусту терять.

Также с проявлением негативного поведения помогают бороться **“Дразнилки” И. Демьянова.**

Замарашка рук не мыл,
Месяц в баню не ходил.
Столько грязи, столько ссадин!
Мы на шее лук посадим,
Репу – на ладошках,
На щеках – картошку,
На носу морковь взойдет –
Будет целый огород.

Полезны ещё будут “Глупая история” М. Зощенко, русская народная песенка “Бабушкин козлик”, узбекская народная сказка “Упрямые козлики”.

Нужно отметить, что кризис может проявляться не только в негативном проявлении, но и в замкнутости, неуверенности в себе. Здесь нужны постоянные поощрения. Такого ребенка мы включаем в игру сначала в роли ведомого, затем в роли ведущего, но в игре с куклами, постепенно подводя к роли ведущего в подвижных и сюжетно-ролевых играх. На этом этапе взросления будет полезна ролевая игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, она и послужит для ребенка тем "безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность" (Э.Эриксон).

Так как эта проблема очень сложная, одному воспитателю с ней не справиться. Нужна помощь родителей, которые более или менее просвещены в плане воспитания детей, которые понимают, что такое кризис трех лет. А с теми, кто своим воспитанием обостряет кризис, не замечает его проявлений, путает симптомы кризиса с непослушанием, нужно проводить индивидуальные беседы. Мы обычно им показываем работу, которую проводим с детьми в группе, советуем почитать литературу, обращаем внимание на ребенка, на его внутренний мир, стараемся сблизить ребенка и родителей.

Чтобы не было места негативным проявлениям, нужно постоянно занимать ребенка интересными для него делами: играми, пением песен, драматизацией, чтением, прогулками и т. п.

Играйте, занимайтесь чаще и будьте терпимее к своим любимым трёхлетним монстрам, и вы не заметите, как он превратится в чудесного пятилетнего малыша.