**Кризис трех лет у малыша: признаки и советы по преодолению**

Детские психологи утверждают, что период взросления сопровождается возрастными кризисами, которые способствуют становлению личности. Во время кризисных периодов происходят определенные изменения в развитии и поведении ребёнка. Одним из самых сложных из шести возможных возрастных кризисов считается период трехлетнего возраста. В этом возрасте [малыш](https://medaboutme.ru/beremennost-deti/rebenok-do-goda/) нередко становится капризным, непослушным, проявляет отрицательные черты характера.

**Капризы ребёнка в 3 года и другие признаки кризиса**

Любой возрастной кризис не имеет четких временных границ, а название, соответствующее возрасту, — это весьма условное определение. Иными словами, трудности начинают появляться не именно в день рождения, когда исполняется три года, а когда психика ребёнка достигает определенной точки развития. В этот период происходит становление самостоятельности и некоторая сепарация от родителей, в частности, от матери. Это естественный процесс и важный этап взросления, и каждый человек обязательно должен через него пройти для формирования полноценной зрелой личности.

Характерными признаками кризисного периода, кроме капризов [ребёнка](https://medaboutme.ru/zdorove/spravochnik/slovar-medicinskih-terminov/rebenok/) в 3 года, считаются следующие:

* **негативизм.** Ребёнок начинает отказываться от всех предложений, исходящих от взрослых, чтобы выразить свое несогласие со старшими и возразить им;
* **непослушание.** Причиной которого является исследование границ дозволенного;
* **своеволие.** У малыша стремление к самостоятельности приобретает гипертрофированную форму. Он стремится делать сам абсолютно все, а в случае запрета может начать сопротивляться и капризничать;
* **строптивость.** Ребёнок перестает признавать привычный образ жизни и начинает игнорировать ранее установленные порядки. Он не ложится спать в положенное время, отказывается от ранее любимых блюд, не хочет идти в сад или ехать к бабушке;
* **упрямство.** Детям-трехлеткам нужно удовлетворение своего желания, высказанного вслух взрослому, любой ценой. При этом им важен не конечный результат, а факт, что родитель пошел на уступку и подчинился детской воле;
* **обесценивание авторитета старших**. Именно в трехлетнем возрасте психика ребёнка впервые заставляет его мыслить критически. Авторитетное мнение мамы и папы и других взрослых подвергается сомнению. Если ранее их слова, поступки, просьбы и запреты воспринимались безоговорочно, то теперь ситуация меняется.

**Другие изменения в поведении малыша**

Кроме капризов ребёнка в 3 года и других вышеуказанных причин, во время кризисного периода у трехлетки могут наблюдаться приступы неконтролируемой агрессии, грубости и драчливости. Агрессивное поведение может быть направлено на взрослого, сверстников, животных. В некоторых случаях [малыш](https://medaboutme.ru/beremennost-deti/rebenok-do-goda/) может также наносить физический вред и себе.

Если в семье есть другие [дети](https://medaboutme.ru/beremennost-deti/deti-obshee/), то в данный период начинает особо проявляться ревность к ним, а также повышается число конфликтов между братьями и сестрами. При этом поводы для ревности либо незначительны, либо вообще надуманы. Выдумки и неуемный полет фантазии — также характерные признаки кризиса трех лет. Они являются своего рода защитным механизмом психики ребёнка от окружающей действительности. Трехлетка может дружить с вымышленным персонажем или сочинять истории с целью избегания наказания.

**Как пережить кризис без последствий для психики ребёнка и взрослых**

Родителям нужно понимать, что капризы ребёнка в 3 года — это временное явление. Трехлетка не может самостоятельно определить причину своего недовольства и не способен справиться с эмоциями. Такая ситуация, безусловно, заставляет его страдать, поэтому основной задачей мам и пап является помощь ребёнку в преодолении этого периода, которая заключается в мягкой коррекции поведения. Стремясь в грубой форме подавить кризис, взрослые не дают возможности малышу перерасти этот этап и перейти в новую фазу взросления. Результатом всего этого могут стать различные нарушения в психике ребёнка, которые будут мешать ему во взрослой жизни.

Чтобы помочь трехлетке преодолеть кризисный период, родителям следует пользоваться такими рекомендациями:

* проявление самостоятельности важно всячески поощрять, обеспечивая ребёнку максимальную безопасность. Не нужно настойчиво предлагать малышу свою помощь. От этого его раздражение может нарастать, а поведение — ухудшаться. Лучше позволить ему сделать все самому и, в случае успешного результата, похвалить;
* ругать ребёнка можно только за действие, избегая критики личности и не выражая прямого негативного отношения к ней. Например, когда трехлетка не поделился чем-то, нужно сказать, что он поступил нехорошо, а не называть его жадиной и врединой;
* родители должны вести себя терпеливо и сдержанно. Чем спокойнее мама и папа реагируют на плохое поведение, тем менее эффективны капризы ребёнка в 3 года. И наоборот, раздражительные и нервные родители, которые кричат и ругают, еще больше провоцируют проявление агрессии у детей;
* рекомендуется чаще предоставлять ребёнку право выбора. Пусть он из двух предложенных вариантов, удобных родителю, сам решает, на каком остановиться. Например, он будет есть кашу или макароны, на ближней или дальней площадке играть;
* важно разговаривать с ребёнком, анализируя каждую неприятную ситуацию после того, как малыш немного успокоится. Нужно объяснять, почему так вести себя нельзя, почему это так расстраивает маму или папу, к каким последствиям мог привести совершенный поступок;
* родителям следует чаще напоминать трехлетке о своей любви к нему. Благодаря такой тактике поведения взрослых у малыша вскоре пропадет желание добиваться их внимания с помощью истерик и капризов;
* наказание должно быть адекватным проступку и выражаться в кратковременной изоляции и лишении благ. Применение физического насилия недопустимо;
* взрослыми должны быть согласованы четкие правила поведения и единая схема воспитания, которой придерживаются оба родителя и остальные члены семьи.

**Использованные источники**

Истоки: Базисная программа развития ребенка – дошкольника / Под ред. Л.А. Парамонова // М.: Карапуз – 2001

Первые три года жизни. / Уайт Б. // Москва.: Педагогика – 1982

Психология воспитания. Книга для всех, кто любит детей / Фридман Л. М. // М.: ТЦ «Сфера» – 2000

https://medaboutme.ru/articles/krizis\_trekh\_let\_u\_malysha\_priznaki\_i\_sovety\_po\_preodoleniyu/