Мини-лекция «Как успешно преодолеть кризис трех лет».

Существует несколько общих советов, как вести себя родителям, чтобы преодолеть кризис более успешно.

Родителям следует *реагировать спокойно*. Ребенок ищет слабые места, на которые можно надавить, он пробует взрослых на прочность. Дети -– отличные манипуляторы и хорошо знают, как добиться желаемого. Спокойствие родителей передается чаду, и он не так бурно реагирует на ситуацию или требования взрослых.

Поощрять самостоятельность. Ребенок в этом возрасте стремится исследовать мир. Он учится действовать сам, и это надо стимулировать (например, ему нравится рисовать на стенах – можно прикрепить в этом месте лист бумаги; хочет, как мама заняться стиркой, — выделить емкость с водой для стирки кукольной одежды).

Ограничения должны быть разумными. Не стоит устанавливать строгие запреты. Есть то, что категорически нельзя делать, например, подходить к розетке. Есть действия, которые малыш может совершать под наблюдением и с помощью взрослых.

Право выбора. Также развивает самостоятельность. Можно спросить: что ты сегодня хочешь надеть – синюю майку или зеленую (в данной ситуации ребенок делает выбор сам, но из тех вариантов, которые ему предлагают родители).

Родители и ближайшие родственники должны придерживаться единого стиля воспитания, чтобы трехлетка понимал, что от него хотят. Если один запрещает, другой разрешает, это вызывает противоречия и дополнительные капризы.

Что делать при проявлениях негативизма?

Негативизм – это стремление сделать наоборот. Во время эмоциональной вспышки трехлетке объяснять что-то бесполезно, он просто не воспримет слова взрослого. В первую очередь, взрослым предстоит научиться сохранять спокойствие. Игра, мягкое общение сгладят вспышки гнева. Ребенок не хочет есть – можно посадить рядом куклу и «кормить» вместе с ним. Плюс негативизма в том, что у ребенка появляется свое мнение. Наказывать в данном случае нельзя, лучше предоставить право выбора.

Как пережить строптивость?

Строптивость направлена против норм воспитания, сложившегося образа жизни. Если появился такой симптом, это повод задуматься об изменении социальной ситуации вокруг ребенка. Взрослым надо перестать делать за ребенка то, что он способен выполнить сам. Самое время научиться застегивать одежду, раздеваться, выполнять простые действия по дому.

Как справиться с упрямством?

Ребенок настаивает на чем-то, потому что он принял собственное решение. Если выполнить его желание по каким-то причинам нельзя, то надо спокойно объяснить, почему. Например, ребенок в магазине просит машинку. Надо рассказать ему, что сейчас у мамы нет денег, чтобы приобрести такую дорогую вещь. Объяснять надо спокойно, доступным для малыша языком.

Преодоление своеволия

Положительная сторона – формируется самостоятельность. Постоянные запреты либо вызовут бурную реакцию, либо сформируют отсутствие желания что-то делать самому. Поэтому родителям надо поощрять естественное стремление к самостоятельности.

Протесты и бунт

Бунт и протест – состояние, направленное против окружающего мира. Имеет высокий уровень энергии, дает возможность ребенку завершить, то, что не сделано. Учит самостоятельности, достижению цели. Надо поддерживать у ребенка желание сделать то, что не получается, мягко направляя и помогая, но не выполняя полностью действия за него.

Что делать при обесценивании

Ребенок начинает ругаться на родителей, дразнить их. Он хочет стать автором своей жизни, перестает быть подчиняемым. Это не значит, что взрослые должны это приветствовать. Надо показывать, что необходимо проявлять уважение к старшим, формировать силу воли. Большое значение имеет социализация – общение с другими детьми, взрослыми.

Деспотизм

Сложное поведение, когда ребенок пытается заставить окружающих делать то, что ему надо, подчинить себе все. Подобное поведение надо пресекать, иначе ребенок может стать совершенно неуправляемым. Деспотизм может проявляться и в отношении конкретных членов семьи, если понимает, что ими легко манипулировать. Не стоит поддаваться на манипуляции, удовлетворять любую прихоть, только потому, что трехлетка этого хочет. Лучший способ прекратить истерики – не обращать на них внимания. Тогда малыш поймет, что подобный способ воздействия на старших не работает.

Кризис 3 лет – момент переломный, и важно правильно построить процесс воспитания и способы взаимодействия с ребенком. Явление это нормальное, не стоит его бояться. Но чем доверительнее отношения с матерью, тем легче будет пройден сложный период.

Источник:
https://lifemotivation.online/psychology/child-psy/vozrastnye-krizisy/3-let/sovety-roditelyam-ot-psihologa