**КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ И КАК ЕГО ПРЕОДОЛЕТЬ**

Привыкание к детскому саду совпадает с кризисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам родители начинают замечать серь­езные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озада­ченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, удлинить психологическую «пуповину», научиться многое делать самому и как-то решать свои про­блемы. Без психологической сепарации (отделения) от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных си­туациях.

Кризисы развития это относительно короткие (от нескольких месяцев до года-двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длительных и спокойных - стабильных и более коротких, бурных - критиче­ских, т. е. кризисы - это переходы между стабильными периодами.

Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. С появлением каких-то новых качеств взрослые могут сознательно утвердиться в них или примириться с новым личностным качеством.

Для детей же собственное ближайшее прошлое и будущее непонятно, остается абстракцией. Современные семьи малочисленны, дети находятся в одновозрастных детских коллективах. Находясь преиму­щественно среди взрослых и сверстников, ребенок не чувствует и не видит, что с ним скоро будет, не понимает, что с ним происходит, не может оценить свое поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные ново­образования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

И, наоборот, внешняя «безкризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обман­чивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

Таким образом, не надо пугаться кризисных про­явлений, опасны проблемы непонимания, возникаю­щие в этот момент у родителей и педагогов.

Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса?

Как помочь ребенку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство - это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность - демонстрация соб­ственной значимости для других, ощущение своего «Я»; эгоизм - в здоровом виде чувство «самости», собственное достоинство; агрессивность - крайняя форма чувства самозащиты; замкнутость - неадек­ватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором поло­жительных качеств, главная задача родителей и педагогов - не допустить закрепления их крайних проявлений.

Что необходимо знать родителям о детском уп­рямстве и капризности:

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

- Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5 - 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.

- Пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни.

- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

- Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых - до 19 раз!

- Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о фиксированном упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского по­ведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокой­ствия.

Что могут сделать родители

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего по­могает только одно - взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!» Ребенку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т.д.». «А что это там за окном ворона делает?» Подобные отвлекающие маневры заинтригуют кап­ризулю, он успокоится.

Вспомните, как вы преодолели кризис трех лет, что вынес из него ваш ребенок.

Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и те игры и упражнения, которые вы найдете в этой книге.