государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области

общеобразовательная школа №10 г. Сызрани г.о. Сызрань Самарской области

структурное подразделение «Детский сад №35» , реализующее основную общеобразовательную программу дошкольного образования государственного бюджетного общеобразовательного учреждения

**Родительский клуб**

**Тема: «Кризис трех лет»**

Подготовили

воспитатели:

Смирнова М.А.

Тюрева В.С.

2017г.

г. Сызрань

***Термин «кризис трех лет»*** — *название достаточно условное.* Наступить он может и в 2.5, и в 3, и в 3.5, и даже в 4 года. Все зависит от индивидуального темпа развития ребенка. Но рано или поздно приходит момент, когда прелестное чадо перестает самозабвенно выстраивать кубики, вжикать машинками, трепать плюшевых мишек и взирать невинно восхищенными глазами на родителей и всех взрослых, беспрекословно выполнять любое их требование с первого раза.

***Симптомы кризиса трех лет***

**НЕГАТИВИЗМ.** Ребенок отказывается подчиняться требованиям взрослых. «Я не буду», «Я не хочу». Ребенок отказывается делать то, что мы его просим, не потому, что ему не хочется, а только потому, что его попросили об этом. Если взрослый использует авторитарную модель общения, он может провоцировать приступы негативизма всякий раз, когда отдает строгий приказ, например: «Не трогай!», «Ешь быстро!» и т.п. Иногда дело доходит до абсурда: на любое высказывание взрослого ребенок отвечает наперекор: « Это горячее» - «Нет, холодное», «Пойдем гулять» - «Не пойду». Причем ребенок отвечает отказом на просьбу взрослого, даже если минуту назад он сам хотел сделать именно это. Негативизм нельзя смешивать с непослушанием. Непослушание бывает и в более раннем возрасте.

**УПРЯМСТВО.** Ребенок настаивает на своем требовании, на своем решении. Он требует, чтобы с ним считались как с личностью. «Я буду», «Я хочу». Здесь происходит выделение личности и выдвигается требование, чтоб с этой личностью считались. Например, уже проснувшегося малыша мама просит встать с постели. Ребенок не соглашается встать, хотя ему уже давно надоело лежать в постели и хочется поиграть. «Сказал – не встану, значит – не встану!» Если родители занимают позицию «кто – кого», они закрепляют проявления упрямства и загоняют ребенка «в угол», лишая возможности выйти с достоинством из возникшей конфликтной ситуации. Упрямство не следует смешивать с настойчивостью.

**СТРОПТИВОСТЬ.** Это протест против порядков, которые существуют дома. Иногда возраст трех лет так и называют – возрастом строптивости. Строптивость направлена против норм, установленных для ребенка. Ребенок начинает сомневаться в правильности всех требований старших, с которыми он мирился раньше. Это протест против порядков, которые существуют дома.

**СВОЕВОЛИЕ.** Это гипертрофированное стремление к самостоятельности. «Я сам!». Здесь речь идет о самостоятельности намерения, замысла. Ребенок действительно хочет все сделать сам, и бездумно подавлять эту тенденцию очень опасно: так можно обречь его на вечную зависимость от взрослых, затем от сверстников. Еще одним результатом жесткого контроля над самостоятельностью ребенка может быть формирование у него сомнения в собственных силах и возможностях.

**ОБЕСЦЕНИВАНИЕ.** Обесцениваются старые привязанности ребенка к людям, игрушкам, вещам. Мать к своему ужасу может услышать от ребенка: «Ты нехорошая и дура!». Ребенок вдруг начинает ругаться. Он может бросать и рвать книжки, игрушки, давать им негативные названия.

**ПРОТЕСТ.** Проявляется в частых ссорах с родителями, со старшими сестрами и братьями. Поведение ребенка выглядит так, словно он воюет с окружающими. Этот симптом проявляется не у всех трехлетних детей.

**ДЕСПОТИЗМ**. В семье с единственным ребенком встречается стремление к деспотизму. Малыш пытается проявить власть по отношению к окружающим, стать «господином положения». Это своеобразная проба сил личности, у которой формируется мотивация самоутверждения и достижения. Если в семье несколько детей, этот симптом может проявиться в виде ревности. Ребенок стремится к власти и ревнует к братьям или сестрам, с которыми он вынужден делить власть.

***Положительный момент кризиса трех лет*** — это появление самосознания детей. Именно поэтому его еще называют кризисом самости. Пресловутое «Я сам хочу... буду... я сам могу...»

Чтобы поскорее избавиться от нежелательных прений кризиса, нужно постараться изменить свою отношение, но позицию: бунт и капризы в это время следует не искоренять, а направлять в другое русло. Ведь малыш может быть целиком самостоятельным лишь в игре. Ее-то нужно предложить детям в качестве замены протеста. Вместо того чтобы подгонять малыша, упрекать его в медлительности и неумелости, а тем более навязывать ему свою помощь в ситуации утренних сборов, предложите ребенку собирать в садик куклу или мишку пусть именно им он завязывает шарф, одевает шапочку, а вы в это время поможете ему. Или можно предложить ребенку другую игровую ситуацию одевание на скорость, где вы одновременно будете выступать в роли судьи и в качестве болельщика, готовым прийти на помощь своему любимцу.

В игре и через нее дети избавляются от глупого упрямства, превращают его в целенаправленность и устойчивость своего поведения. Режиссура ребенком их игровых действий дает взрослым возможность увидеть, себя со стороны и вовремя скорректировать собственное поведение. Игра способствует дальнейшему поступательному психическому и личностному развитию малышей. Ведь в ней, помимо предметных действий (действий с предметами или игрушками), воспроизводятся социальные отношения. Именно их освоению и будут посвящены ближайшие несколько лет жизни ребенка. Если взрослые своевременно отказываются от жесткого диктата, прямых указаний и запретов, прибегая вместо этого к вопросительной или ироничной форме взаимодействия с детьми, то негативные проявления кризиса быстро сходят на нет. Ребята осваивают ту сферу своей жизнедеятельности (игру и фантазию), где они могут целиком и полностью действовать по собственной программе.

**Рассмотрим несколько стандартных ситуаций в поведении трехлетнего ребенка. Конечно, мы предлагаем лишь один из возможных вариантов решения проблемы.**

**Ситуация №1**: Ребенок грубит родителям, говорит маме: «Уйди отсюда, не хочу с тобой разговаривать, ты мне надоела».

**Комментарии:**  Мама спокойно и твердо говорит: «Успокойся. Мне обидно слышать такие слова. Побудь один и успокойся». Мама выходит из комнаты и прикрывает за собой дверь. После того, как ребенок успокоится – обсудить с ним ситуацию, объяснить ему, что так нельзя разговаривать с родителями, и простить. Малыш должен засыпать прощенным. Если ребенок замахивается на маму, перехватите его руку, занесенную для удара, и строго сказать: «Нельзя. Успокойся». Все взрослые члены семьи должны придерживаться единых воспитательных подходов и не противоречить друг другу.

**Ситуация №2:** Ребенок в магазине бросается на пол и кричит – требует новую машинку.

**Комментарии:** Скорее всего, в этот момент ребенок не услышит увещеваний. Возьмите его на руки и вынесите из магазина. Если это невозможно, скажите: «Успокойся и догоняй» и идите на выход, держа ребенка в поле зрения. Ребенок украдкой наблюдает за матерью, и поэтому, когда она удалится, он встанет и побежит ее догонять. В ближайшее время лучше в магазины с ребенком не ходить. Идти на поводу у ребенка и покупать ему игрушку в данной ситуации не следует, иначе такой стиль поведения может закрепиться.  Если подобная ситуация происходит дома, лучше выйти из комнаты и прикрыть дверь. В отсутствии зрителей ребенок быстро успокоится. Потом обсудите эту ситуацию с ребенком, скажите четко, что надо делать, а что делать нельзя.

**Ситуация №3**: Ребенок на все просьбы говорит «Нет». Отказывается одеваться, чистить зубы и так далее.

**Комментарии:** В такой ситуации маме лучше не настаивать на выполнении своей просьбы немедленно. Сначала переключите внимание ребенка на что-то другое: на домашнее животное или машину за окном и т.д.  Затем, обняв ребенка за плечи,  отведите его в ванную и вместе почистите зубы, или отведите на кухню и посадите за стол завтракать. При этом можно приговаривать: «Сейчас мы с тобой спокойно, без спешки позавтракаем. Что тут у нас вкусненького?» Постарайтесь сохранять спокойствие и избегать авторитарного тона.

#### Полезные советы для родителей по воспитанию детей

**Нужно:**

♦ Любить ребенка за то, что он есть, а не за то, что он «хороший», и ничего не требовать взамен. (Я тебя люблю, и ты должен меня слушаться! — Но разве за любовь мы должны?!)

♦ Предоставлять ребенку право выбора, возможность иметь собственное мнение, ведь он такой же член семьи, как и все другие. (А ты как считаешь? А ты что выбираешь?)

♦ Чаще хвалить малыша за хорошие поступки. Не бойтесь, вы не перехвалите. (Ты сегодня убрал все игрушки, молодец! Помог мне, да и игрушки довольны. А иначе бы они огорчились, да и я тоже!)

♦ Быть с ребенком на равных, а не давить на него своим авторитетом (ведь авторитетом давить нельзя, его нужно заслужить).

♦ Чаще играть с ним, ведь в игре он взрослый и все умеет делать сам. А если он «взрослый» в игре, так, может, и кризис пройдет незаметно, плавно?

♦ Требовать что-то от ребенка с уважением к нему (Я тебя люблю, но пока ты не умоешься, мы не пойдем гулять. У тебя свои условия, у меня свои. Давай вместе выполнять их.)

♦ Осуждать отдельный поступок, а не самого ребенка. «Ты разбросал свои вещи, ты плохой!» — так нельзя делать замечания, это формирует у ребенка чувство вины и сознание собственной неполноценности. Нужно говорить: «Ты разбросал свои вещи — это плохой поступок, это на тебя не похоже, ведь ты аккуратный!»

♦ При порицании сравнивать плохой поступок ребенка с его хорошим поступком. (Сегодня ты порвал книгу, а вчера сложил аккуратно все игрушки в коробку.) Обнимать ребенка не менее 5 раз в день. Это дает ребенку чувство защищенности, уверенности в себе. Его любят, значит, он хороший.

**Нельзя:**

♦ Сравнивать поступки ребенка с поступками других детей. Это унижает его, создает неуверенность в себе. Отсюда стыд и страх: а вдруг его разлюбят.

♦ Ругать ребенка за плохие поступки. Нужно лишь огорчаться. (Ты сегодня не слушал бабушку, это меня огорчило.)

**Пути и способы разрешение конфликтных ситуаций с детьми.**

### Если ребенок вредничает. Что делать?

◈ Кризис трех лет — это негативизм к просьбам взрослых, желание делать все наоборот. Мама зовет домой, а ребенок говорит, что будет долго кататься на велосипеде; нельзя мочить ноги, а ребенок лезет в лужу. Такие ситуации возникают постоянно.

◈ Нужно тактично и с терпением спросить его: «А может, ты будешь пускать кораблики в лужу? А может, ты хочешь покататься на велосипеде дома?». Или рассказать о последствиях ходьбы по лужам. Или напомнить, что пока ребенок катается на велосипеде, по телевизору показывают его любимый мультипликационный фильм. Или спросить его, что он будет еще делать — пускать в лужу кораблики или бросать в нее камешки? А может, перепрыгивать через нее вместе с мамой? Ребенок должен отвлечься от ходьбы по лужам. Если и это не поможет — настоять на своем.

◈ Не показывайте свое раздражение, иначе он будет придумывать другие проделки.

◈ Нужно помнить о том, что, если ребенку постоянно уступать, это может у него войти в привычку. Отсюда последствия: чувство превосходства над другими; торжество победы — ему ведь уступили; возвеличивание самого себя. Так может вырасти маленький деспот.

### Если ребенок не хочет есть кашу

У этой проблемной ситуации может оказаться много причин. Но лишь бы у ребенка не было аллергии или физического отвращения к каше. А с остальными причинами вы справитесь.

**1 Вариант**

◈ Итак, вариант первый: терапия сказкой. Расскажите ребенку сказку про мыльный пузырь.

Жил-был Мыльный Пузырь, и у него была мечта — полетать. Но сам он этого сделать не мог, поэтому был всегда грустным. Он завидовал птицам, самолетам, которые умели летать. Но однажды фея сказала ему, что ему может помочь ... (имя ребенка). Для этого тот должен съесть волшебную кашу, которая придаст ему силы, и он надует пузырь...

◈ Спросите ребенка — поможет ли он Мыльному Пузырю, ведь Пузырь ждет помощи и волнуется.

◈ Когда ребенок съест кашу (или только половину — это пока не важно), предложите надуть мыльные пузыри и полюбоваться ими. Обязательно похвалите ребенка за помощь.

**2 Вариант**

◈ Скажите ребенку, что сегодня он не кашу будет есть, а «заправится бензином». Он — машинка, которая повезет маму с папой в зоопарк или в лес. А может, ракета — и полетит на луну? В космос?

◈ Или ребенок «заправится» волшебной кашей перед катанием на лыжах, перед пикником, перед походом в цирк, чтобы набраться силы, веселья.

**3 Вариант**

◈ Украсьте кашу фруктами, цветным мармеладом. А может, сделать ей веселую рожицу из варенья, повидла?

◈ Скажите ребенку, что на дне тарелки его ждет сюрприз (фундук, вишенка и т. п.). Но он должен съесть кашу, не подсматривая на дно тарелки, не разгребая кашу ложкой.

**4 Вариант**

◈ Предложите ребенку выбор. Скажите, что вы встали рано, сварили ему кашу, но он может сделать выбор сам и выбрать между ней и, например, картофельным пюре или омлетом. Или спросите, какую именно кашу он хотел бы съесть сегодня?

**5 вариант**

◈ Если ребенок просит вас поиграть с ним — без вас игры не получится, — то поставьте ему условие: «Ты съешь кашу, а я буду играть с тобой. Ты вполне взрослый — я выполню твою просьбу, а ты выполнишь мою».

**6 вариант**

◈ Прочитайте или сделайте вид, что читаете о том, как врач пишет статью для умных детей и их родителей и в ней говорится о пользе каши. Напрягите память, подберите доводы. Например, если ваш ребенок любит двигаться, скажите, что в каше много витаминов, которые помогают быть подвижным, не уставать. Если ребенок любит рисовать — «прочитайте» о том, что витамины, которые есть в каше, помогают пальцам быть гибкими, развивают умение рисовать сложные детали.

Вариантов решения этой проблемы много. Попробуйте один из предложенных или сразу несколько — все зависит от характера ребенка, его привязанностей и интересов.

А может, не надо ему постоянно варить кашу? Если вы заботитесь о том, чтобы он употреблял крупу, — варите ему чаще гарнир из круп, суп с гречкой или рисом. Если вам нужно, чтобы он употреблял в пищу молоко, варите ему какао, молочную лапшу, молочный кисель. А можно давать молоко с кукурузными хлопьями, палочками на завтрак.

### Если ребенок не хочет снимать обувь после прогулки

**1 вариант**

◈ Придумайте игровую ситуацию: он — «машина», которой нужно помыть «колеса» — снять обувь и помыть ее. Подчеркните, что за машиной нужно ухаживать.

**2 Вариант**

◈ Предложите ребенку посоревноваться: кто быстрее снимет обувь, тот получает приз. Еще одно соревнование: кто быстрее снимет обувь и чище помоет ее. Ребенок будет стараться, ведь он любит соревноваться и любит побеждать.

### Если ребенок перед сном играет в шумные игры

◈ Самое главное — нельзя резко обрывать игру, а нужно плавно перейти к спокойным занятиям, попросить ребенка помощи в чем-либо.

◈ Например, предложите ему вместе перебрать фотографии с его дня рождения. Или незаметно выключите свет и попросите помочь вам найти свечу. Зажгите ее. Свеча успокаивает ребенка, настраивает на лирический лад. Расскажите сказку, таинственную историю.

◈ Или предложите более спокойную игру: если дети играют в «Догонялки», предложите поиграть в «Прятки» — прятаться в квартире и сидеть, не выдавая себя. Когда дети немного успокоятся, предложите игру, которая требует усидчивости (например, мозаика, конструктор).

◈ В игру ребенка включите элемент другой игры, например, в шумную игру «Солдаты» включите игру «Разведчики». Разведчики должны вести себя тихо, не выдавать себя — ползать по-пластунски, прятаться за «деревья». Ну а затем они пойдут спать в палатку. Другой пример: «индейцы» вечером собираются у костра и обсуждают свои дела.

◈ Пригласите ребенка на вечерние семейные «ритуальные» действия — например, вся семья вечером обсуждает дела на завтра, все смотрят «Спокойной ночи, малыши». Затем перейдите к вечерним режимным процедурам (почистите зубы, постелите постель).

Чтобы разрешать конфликтные ситуации и не доводить до них нужно уметь справляться с гневом.

**Специальные методики и упражнения для устранения гнева.**

1. Стройте вместе с ребенком «рожицы» перед зеркалом. Изображайте различные эмоции, особо обратите внимание на мимику гневного человека.
2. Учите ребенка (и себя) выражать гнев в приемлемой форме.  
   Объясните, что обязательно надо проговаривать все негативные ситуации с родителями или с друзьями. Научите ребенка словесным формам выражения гнева, раздражения («Я расстроен, меня это обидело»).  
   Предложите воспользоваться «чудо-вещами» для выплескивания негативных эмоций:

– чашка (в нее можно кричать);

– тазик или ванна с водой (в них можно швырять резиновые игрушки);

– листы бумаги (их можно мять, рвать, с силой кидать в мишень на стене);

– карандаши (ими можно нарисовать неприятную ситуацию, а потом заштриховать или смять рисунок);

– пластилин (из него можно слепить фигурку обидчика, а потом смять ее или переделать);

– подушка (ее можно кидать, бить, пинать). Выделите отдельную подушку «для разрядки», можно пришить к ней глаза, рот; не стоит использовать для этой цели мягкие игрушки и кукол, а вот боксерская груша подойдет.

**Все эти «чудо-вещи» могут быть использовании и взрослыми!!!**

1. Игра «Обзывалки».  
   Чтобы исключить из повседневного общения обидные слова, обзывайтесь! Кидая друг другу мяч или клубок, обзывайтесь необидными словами. Это могут быть названия фруктов, цветов, овощей. Например: «Ты –одуванчик!», «А ты тогда – дыня!» И так до тех пор, пока поток слов не иссякнет.  
   Чем помогает такая игра? Если Вы разозлитесь на ребенка, захотите его «проучить», вспомните веселые «обзывалки», возможно даже назовите ребенка, ему не будет обидно, а Вы получите эмоциональную разрядку. Когда, имея навык такой игры, малыш назовет обидчика «огурцом» (а не …), Вы, несомненно, почувствуете удовлетворение.

**Спасибо за внимание. Будем рады если наши советы пригодились.**