

## Тренинг «Кризис 3-х лет».

**Цель:** актуализировать проблемы воспитания и развития детей 3-х летнего возраста и найти пути их решения; повысить психолого-педагогическую культуру родителей

### **Задачи:**

- Привлечь родителей к обсуждению различных проблемных ситуаций;
- Способствовать развитию педагогического и творческого потенциала родителей;
- Наметить способы преодоления возникающих проблем в воспитании детей в период кризисного возраста.

**Оборудование:** интерактивная доска, карточки к упражнению «Есть мнение», бумажные сердечки, ручки.

### **Ход тренинга:**

Здравствуйте, уважаемые родители. Я рада приветствовать вас на семинаре-тренинге, посвященной актуальной теме. И так, тема нашей сегодняшней встречи: «Кризис 3-х лет».

### **Информационный блок:**

К трем годам родители замечают серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вспыльчивым. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс- это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отделиться от матери, научиться делать самому и как-то решать свои проблемы.

Представьте себе цыпленка, еще не вылупившегося из яйца. Как безопасно ему там. И все-таки хоть инстинктивно, но он разрушает скорлупу, чтобы выбраться наружу. Иначе он просто задохнулся бы под ней.

Опека наша для ребенка – та же скорлупа. Ему тепло, ему уютно и безопасно быть под ней. В какой-то миг она ему необходима. Но наш малыш растет, меняясь изнутри, и вдруг приходит срок, когда он осознает, что скорлупа мешает его росту. Пусть этот рост болезненный... и все-таки ребенок уже не инстинктивно, а сознательно ломает «скорлупу», чтобы испытать превратности

судьбы, познать неопознанное, изведать неизведанное. И главное открытие- открытие себя.

Кризис 3-х лет называют «семизвездием симптомов».

1 симптом- **ярко выраженный негативизм**. Вынуждает ребенка поступать вопреки своему желанию. Ребенок отказывается делать то, о чем мы его просим, не потому что ему не хочется, а только потому, что его попросили об этом.

При негативизме ребенок поступает наперекор своему желанию. Главный мотив сделать не так, как его просят, а наоборот.

Негативизм избирателен: ребенок отказывается выполнять просьбы только определенных людей. С остальными он может быть покладистым и послушным.

2 симптом –**упрямство** (ребенок добивается своего только потому, что он этого захотел).

Ребенок настаивает на чем-либо не потому, что ему сильно хочется, а потому что, он этого потребовал, то есть это реакция не на предложение, а на собственное решение. При упрямстве ребенок противоречит только потому, что не хочет отступить от своего слова.

3 симптом- **строптивость** (капризы по любому поводу, постоянное недовольство всем, что предлагает взрослый). Строптивость безлична, она направлена против тех правил, которые были в его жизни до 3 лет.

4 симптом-**своеволие**. Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет.

Остальные 3 симптома встречаются реже:

5 симптом- **бунт против окружающих**. Ребенок ссорится со всеми, ведет себя агрессивно. Поведение ребенка носит протестующий характер. Ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними». Выливается в частые ссоры с родителями.

6 симптом- **обесценивание ребенком близких.** Обесцениваются старые привязанности ребенка к вещам, людям, правилам поведения. В речи появляются выражения, обозначающие все плохое, отрицательное, негативное.

7 симптом-**деспотизм.** Ребенок изо всех сил пытается проявить власть над окружающими, ему хочется добиться того положения, которое было в раннем детстве, когда исполнялись все его желания. Если в семье несколько детей, то этот симптом проявляется в ревности, агрессии, в требовании постоянного внимания к себе.

Считается, что в центре кризиса 3-х лет стоит бунт ребенка против авторитарного воспитания, против сложившейся ранее системы отношений в семье, за эмансипацию своего «Я». Ребенок все чаще произносит: «Я-сам!», что говорит о стремлении к самостоятельности, автономности. В этот период происходит ломка прежних и становление новых качеств личности ребенка. Появляется гордость за достижения, ребенку требуется одобрение, похвала взрослого.

Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса. Это яркое проявление ребенка в самоутверждении.

### **Некоторые особенности проявления кризиса 3-х лет:**

- Как правило кризис заканчивается к 4 годам;
- Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки;
- Девочки капризничают чаще мальчиков;
- В кризисный период приступы упрямства случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых до 19 раз в день!

Если дети по достижению 4-х лет продолжают часто упрямяться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования родителями. Чаще всего-это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

### **Практические советы**

Многих родителей мучает вопрос: может ли родитель, 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».

### **Что могут сделать родители:**

1. Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.
2. Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
3. Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребёнку-это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее взбудоражат.
4. Будьте в поведении с ребёнком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
5. Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ протекает в общественном месте. Чаще всего, помогает одно-взять за руку и увести.
6. Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних. «Посмотрите какая плохая девочка ай-ай-ай!». Ребенку только это и нужно.
7. Постарайтесь схитрить: « ох, какая у меня есть интересная штучка...» « а что там кошка за окном делает?». Подобные отвлекающие манёвры заинтригуют капризулю, он успокоится.

### **Упражнение «Есть мнение...»**

Каждой группе родителей предлагается карточка с описанием проблемной ситуации.

«Вам необходимо разобрать ситуацию, затем озвучить ее, и дать решение данной проблеме.

1. Вы с ребёнком находитесь в переполненном транспорте, не имеете возможности посадить его, держите в руках тяжелую сумку, а в это время ваш малыш начинает кричать и плакать...
2. Вы моете посуду, ребенок упорно хочет это сделать сам. Вы заранее знаете, что он сделает это не качественно, да и в добавок ко всему может её разбить. Ваши действия.

3. Войдя в комнату, вы видите, что все игрушки, которыми играл ребёнок, разбросаны на полу, уговоры собрать - не действуют. Вы чувствуете, как усиливается ваше недовольство, напряжение.

4. Вы находитесь на игровой площадке, и ваш ребёнок взял игрушку другого ребёнка и начал ломать ее. Ваши действия.

### **Упражнение «Чаша».**

Душа ребёнка - это полная чаша. Каким вы хотите видеть своего ребёнка?

Какими чертами характера, он должен обладать? Какими качествами вы хотели бы наделить?

У каждого из вас есть сердечко, напишите качество, которым вы хотите наделить вашего ребёнка, назовите его и поместите в чашу.

### **Упражнение «Я желаю вам..»**

Пожелания соседу слева.

«Я желаю вам любить своих детей, радоваться их открытиям, проживать вместе с ними прекрасное время-детство!»

Выдача памяток для родителей.

## **Советы психолога:**

-Не следует сравнивать неудачи своего ребенка с успехами других детей;

-Уважайте замыслы малыша, чтобы ребенок чувствовал вашу заинтересованность в его делах;

-Если вы позволите ребенку с помощью истерики добиться цели, это станет устойчивой формой его поведения;

-Как только ребенок начинает капризничать, обнимите его, уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза;

-Когда ребенок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, что вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше;

-Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты, наказывать и побольше ласки, терпения, даже ценой некоторых компромиссов.