

Кризис трех лет

Справиться с кризисными явлениями помогут ваше терпение и хитрость. Многие психологи сходятся во мнении, что снизить частоту и активность негативных проявлений можно:

- Спокойной реакцией на любые негативные проявления со стороны ребенка. Не кричите и не ругайте малыша во время истерики. Уведите или унесите из людного места и дайте ему выплеснуть все накопившиеся эмоции. После окончания истерики предложите ему в будущем выражать словами свои желания, а не криком;
- Установив законы, которые будут выполняться всеми членами семьи. Если ребенку что-то запрещено, то нужно твердо сказать “нет” и не идти на уступки, несмотря на манипуляции и шантаж (истерика, крики, попытки драться);
- Расширением зоны самостоятельных действий. Предоставьте ребенку самому выполнять больше действий. Излишняя опека в этот период может провоцировать усиление кризисных проявлений;
- Не приказывая, а давая возможность выбрать. Мнимый выбор — лучший способ избежать отрицания или гнева. Чтобы малыш покушал, спросите его не “хочешь кушать?”, а “что ты будешь есть?”. Совершая, даже мнимый выбор, кроха чувствует уважение к своему мнению и быстрее идет на контакт;
- Замените командный тон на просьбу о помощи. Если кроха отказывается брать вас за руку, переходя дорогу, то не нужно ему говорить, что так нужно для него. Попросите его помочь вам пройти через дорогу, скажите, что вы боитесь. Ребенок почувствует свою важность, необходимость своей помощи и с радостью поможет.



Материал подготовила:
педагог-психолог Абдулвагабова Б.М.
МАОУ «Школа-сад №10» Д/О «Акварелька»