

Содержание:

Image not found or type unknown



1. Причины негативных проявлений кризиса трех лет и их последствия

Причинами возникновения негативизма, упрямства, произвола и других симптомов кризиса в поведении ребенка - собственно негативных проявлений - в основном являются:

Ограничение самостоятельности и личной инициативы ребенка;

Частое и неадекватное применение запретов и наказаний;

Гиперопека в воспитании;

Несогласованность и непоследовательность в требованиях близких взрослых.

Вместе с неадекватным поведением взрослых причиной, которая значительно обостряет отношения между ребенком и родителями, возникает детская любознательность. На третьем году жизни ребенок начинает активно удовлетворять познавательную потребность. Его стремление все делать самостоятельно оказывается в той же ключевой фразе «Я сам!». Но проявление инициативы может вызвать конфликты со взрослыми, поскольку активность часто не совпадает с возможностями ребенка. Поэтому взрослые должны учитывать то, что ребенок именно испытывает свои силы, проверяет возможности. Это способствует появлению самолюбия - важнейшего стимула к саморазвитию ребенка .

Если родители принимают изменения, которые проявляются у ребенка, то обеспечивают возможности для проявлений его самостоятельной деятельности - они удовлетворяют потребности развития ребенка. И именно поэтому негативные симптомы являются более мягкими. Иногда кризис трех лет может протекать без явных отрицательных проявлений. Мысль о том, что это может как-то негативно сказаться на психическом развитии или становлении личности, является

ошибочной. В кризисе развития главное то, к чему он приводит. Появление таких качеств, как воля, самостоятельность, гордость за достижения являются признаком адекватного развития личности ребенка на этом возрастном этапе.

Если же родители всячески настаивают на безусловном соблюдении существующих правил и выполнении своих требований, то подвергаются упорному отстаиванию ребенком себя и своей независимости. Поэтому в таком случае интенсивность негативных проявлений кризиса является высокой. Главная задача родителей - не допустить закрепления в поведении ребенка крайних форм негативных проявлений кризиса.

Так, упрямство - это крайняя степень проявления воли ребенком, а свобода - качество, необходимое для его развития; демонстративность - демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего Я; агрессивность является крайней формой чувства самозащиты, а замкнутость - неадекватная форма проявления здоровой осторожности.

Любые изменения не возникают внезапно. Им предшествуют постепенные преобразования, определенные особенности в поведении ребенка. Приближение периода изменений в личностном развитии ребенка можно определить несколькими признаками:

Проявляет интерес к своему изображению в зеркале, на фотографии - рассматривает себя, называет части лица, тела, знает их функции, выделяет особенности своей внешности;

Говорит о себе и своих действиях от первого лица, принимает слова - «я», «не я», «я буду», «я не буду», «я сам», «мое» и др.;

Стремится выделить «отдельную территорию», принадлежавшей бы только ему (залезает в шкаф или большой ящик, строит свой «домик» - ограждающий часть комнаты всеми подручными средствами и там играет);

Проявляет интерес к своему внешнему виду (любит надевать новые вещи, становится разборчивой в отношении одежды, пытается быть опрятным;

Обращает внимание на оценку своей деятельности со стороны взрослых, стремится получить от них признание своих достижений.

Наличие хотя бы двух из перечисленных признаков свидетельствует о начале развития самосознания ребенка, а значит, родители имеют время для того, чтобы

переосмыслить и перестроить свои отношения с ним.

За всяким негативным симптомом кризиса «прячется положительный смысл, заключающийся обычно в переходе к новой и высшей форме сознания».

Положительными личностными достижениями детей на этом этапе развития являются:

- Становление нового уровня самосознания;
- Стремление к самостоятельности;
- Развитие активности и волевых качеств;
- Установление со взрослыми новых и более глубоких отношений в общении, игре, познавательной и предметной деятельности, в которых большое значение приобретает положительная оценка родителей личных достижений, успехов детей.

Достигнув трехлетнего возраста, малыш начинает осознавать, что он личность. Вместе с этим осознанием и приходит кризис трех лет. Данный кризис обусловлен становлением самосознания ребенка и проявляется в негативизме, упрямстве, непокорности, произволе, протесте, деспотизме.

Кризису трех лет свойственно разрушение предыдущих отношений ребенка со взрослыми, которых он начинает воспринимать как носителей образцов действий и отношений в окружающем мире. Для успешного разрешения кризиса родителям ребенка нужно изменить к нему отношение. Если родители поощряют самостоятельность ребенка в правильных пределах, то трудности во взаимоотношениях с ним быстро проходят.

В результате преодоления кризиса трех лет возникают такие важные психические новообразования, как сравнение себя с другими людьми, стремление к самостоятельной деятельности, подобной деятельности взрослых. Тенденция жить общей жизнью со взрослыми, действовать, как они, свойственная всему периоду детства: малыш, отделяясь от взрослого, одновременно устанавливает с ним более глубокие отношения.

2. Кризис трех лет или «Я - сам». Тренинговое занятие для родителей

Цель: психологическое просвещение родителей по вопросам взаимодействия взрослого с ребенком в период кризиса трех лет, определение основных проблем в воспитании детей данного возрастного периода и нахождение путей их решения с помощью тренинговых упражнений.

Задача: повысить психологическую компетентность по проблеме воспитания и взаимодействия с детьми раннего возраста.

Объявление темы, цели тренингового занятия.

Психолог. Добрый вечер, дорогие родители! Я рада приветствовать вас в нашем заведении. Сегодня мы с вами поговорим о детях в нелегкий для всех возрастной период. Для начала я предлагаю немного отвлечься от возможных рабочих и семейных забот, и настроиться на процесс общения.

Упражнение «Знакомство»

Цель: установление контакта между участниками группы, позитивный настрой, развивать навыки общения, эмпатии; формировать чувство единства с ребенком.

Задача: назвав свое имя, участники называют три черты характера или качества, которые характеризуют ребенка и начинаются с первой буквы его имени.

Упражнение «Портрет ребенка третьего года жизни»

Цель: уточнение основных понятий, связанных с возрастными, индивидуальными характеристиками ребенка, выявления поведенческих и индивидуальных особенностей детей 3-го года жизни.

Задача: перечислить все положительные черты, присущие ребенку трех лет, и записать их на ватмане. Затем назвать черты, которые не нравятся в трехлетних детях и записать эти характеристики на ватмане. Как правило, получается «классический» портрет ребенка в период «кризиса трех лет».

Комментарий психолога. Мы увидели так называемые «Две стороны одной медали». Все дети имеют как положительные, так и отрицательные стороны своей личности. Те негативные качества, которые назвали родители - и являются основными показателями кризиса трех лет.

Мини-лекция «Кризис трех лет».

Упражнение «Скорая помощь»

Цель: активизировать воспитательный опыт родителей, развивать навыки анализа причин поведения ребенка, обмен опытом.

Задача: участникам предлагаются карточки с проблемными ситуациями; обсуждаются различные взгляды, принимается конструктивное решение.

Участники получают из мешочка карточки с проблемными ситуациями, идет обсуждение. Каждый участник имеет право высказаться, посоветовать, что можно сделать в данной ситуации.

Рекомендации психолога родителям:

Во время «кризисного» приступа оставайтесь рядом с ребенком, пусть малыш почувствует, что вы его понимаете.

Правильно сбалансируйте наказания и поощрения.

Старайтесь вести себя с ребенком настойчиво, если вы сказали «нет», отстаивает и дальше свое мнение.

Не пытайтесь во время приступа упрямства успокоить ребенка. Ругать его и наказывать не имеет смысла, это, наоборот, только сильнее будет возбуждать ребенка.

Старайтесь отвлечь внимание от капризов. Предложите новую игрушку, новую деятельность.

Помните, что никто не знает вашего ребенка так, как вы. Поэтому чаще обсуждайте с ребенком его настроение, желания, интересы, чувства.

Практическое упражнение «Как тебе лучше?»

Цель: помочь родителям овладеть эффективными способами взаимодействия с детьми во время «кризисного» периода; показать на примере, как конструктивно решать сложные кризисные ситуации.

Психолог. Для этого упражнения нужны «добровольцы», двое в роли родителей и один будет в роли ребенка.

Задания. Один участник выполняет роль ребенка - идет по гимнастической скамейке, второй участник «мама» - находится рядом, идет рядом с ним и говорит: «Ты же сейчас упадешь, какой же ты неуклюжий». Участник «ребенок» идет еще

раз по лаве, и теперь уже другой участник «папа» подбадривает: «Ты - молодец! У тебя все получится, ты сможешь. Я в тебя верю!».

Упражнение-релаксация «Погружение в детство».

Цель: помочь родителям осознать разницу между миром ребенка и взрослого, которая выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаний, мотивации; почувствовать теплые чувства к ребенку, осознать большую роль взрослого в процессе формирования личности ребенка раннего возраста.

Задача: родителям предлагают представить себя маленьким ребенком; используется текст, составленный по принципу визуализации; можно использовать релаксационную музыку.

Психолог. Сядьте поудобнее, ноги опустите на пол так, чтобы они хорошо чувствовали сопротивление, обопритесь спиной на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к собственному дыханию. Дыхание ровное, спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени возвращает вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте, во что вы одеты, обувь, одежду, которая у вас прическа. Вам весело, что вы идете по улице, и рядом с вами уходит близкий человек. Посмотрите, кто это? Как она выглядит, во что одет? Вы берете ее за руку и чувствуете пожатие ее теплой надежной руки. Вам хорошо и уютно. Вы чувствуете надежную защиту и опору, вместе вам ничего не страшно. Вы уверенно и смело шагаете по весенней улице. Вдруг вы отпускаете руку и весело бежите вперед, но не далеко. Останавливаетесь, ждете своего родного человека и снова берете за руку. Вдруг вы слышите незнакомый смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку чужого человека. Что вы чувствуете? Вы поворачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит позади и улыбается. Вы бежите к нему, чтобы снова крепко взять за руку. Вы идете дальше вместе, весело подшучивая над тем, что произошло. Вам снова хорошо и уютно. А сейчас пора вернуться обратно в эту комнату, и когда вы будете готовы, вы откройте глаза. Возвращайтесь.

Вниманию психолога! В этом сюжете актуализируется чувство привязанности и переживания потери, хотя и мгновенной, близкого человека. Ситуация может пробудить у участников тренинга как теплые, так и тревожные чувства, она позволяет побыть ребенком и понять, что означает присутствие надежного взрослого в этом возрасте, роль родителей в формировании уверенности в дальнейшей жизни. Психолог предлагает участникам, по желанию, поделиться

своими эмоциональными переживаниями и впечатлениями.

Комментарий психолога. Позвольте вам кое порекомендовать - возьмите за правило перед сном посидите возле кроватки ребенка минут 15-20 и поговорите вместе. Как прошел день, что было хорошего в этот день, а что заставило скучать и переживать. А потом обнимите ребенка и скажите, что вы его очень любите и никогда никому не позволите его обидеть. Расскажите в такие моменты о своем собственном детстве, о том, что было для вас важно и интересно. Это объединит и сблизит вас с ребенком, а это очень важно для ребенка. Вы создадите своеобразный ритуал, которого с нетерпением будете ждать каждый вечер.

3. Коррекционные игры в помощь родителям

На этапе кризиса трех лет важно поймать золотую середину между вседозволенностью и тотальным запретом всего. Помочь справиться с кризисом трех лет и направить воспитание малыша в нужное русло помогут сюжетные игры.

Игра в магазин. Ребенку отведите роль продавца, а родители или старшие дети - покупатели. Когда малыш продает что-нибудь, ему тяжело расставаться с вещью, отдавать кому-то свое. Впоследствии он поймет, что дело ему вернут назад, и будет просить поиграть с ним в эту игру еще раз. Если ваш ребенок часто устраивает истерики в супермаркетах, отправьте к нему в магазин куклу маму и куклу дочь. Пусть дочь устроит скандал, успокаивайте капризничая куклу вместе с малышом.

Придумайте малышу «очень важное дело» - приготовление пищи для кукол, строительство дома, создание новой картины. Пусть малыш проявляет свою самостоятельность в игре, не стоит прерывать его своими советами.

Посадите за стол любимого игрушечного друга малыша. Пусть он постоянно ведет себя неправильно. Вместе воспитывайте его. Положите его спать. Возьмите с собой на прогулку. Вместе разбирайте поведение шалуна - что он делает неправильно и почему так делать не надо. Пусть малыш учится отличать хорошее поведение от плохого. Принимая на себя роль «воспитателя» в игре, малыш и в жизни будет вести себя соответственно. Вместе с ребенком делайте различные игрушки и поделки своими руками. Этот творческий процесс позволит стать малышу более усидчивым.

Составляйте с ребенком сказки. В возрасте трех лет малыши любят фантазировать. Пусть в сказках будут воспитательные моменты. Узнавайте вместе друг друга.

Игры-драматизации позволяют снять проявление агрессии. На роль отрицательного героя выбираем ребенка, которая проявляет признаки агрессии. «Волк очень зол, он громко рычит, хочет напугать козлят (предлагаем ребенку порычать). Сильно стучит в дверь, топает от недовольства ногами». С помощью этих занятий выгоняем агрессию. Чем сильнее ребенок рычит, стучит ногами, тем эффективнее это упражнение. Так же эти приемы способствуют развитию актерского мастерства. Если в группе несколько человек проявляют агрессию, то привлекаем их в игру. «Дети, к нам в группу пришел Бармалей. Он хочет забрать у нас все игрушки, чтобы мы сидели на стульчиках и плакали. Давайте выгоним его». Предлагаем «забрасывать» Бармалея мешочками с песком, комочками из ваты. Это может быть игрушка или картинка.

Корректировать негативные проявления можно через лепку, потому что это пластичный материал, потом можно слепить другого героя. «Давайте слепим лису, которая выгнала зайчика из избушки. Она у нас получилась злая, у нее хитрые глаза, на лапках острые когти. Давайте изменим сюжет сказки, слепим хорошую лису. Пусть они живут с зайчиком дружно, вместе. А эту лису мы выгоним. Сомните пластилин, крепко будем на него нажимать, чтобы злая лиса скорее ушла и появилась добрая».

Постарайтесь уделить максимум внимания трехлетнему малышу, но не будьте навязчивы. Избыток внимания превратит малыша в деспота, даже может вызвать различные фобии и неврозы. Недостаток может породить различные болезненные фантазии.

Всякому процессу развития свойственны кризисы. На смену постепенного накопления изменений в личности ребенка приходит бурный перелом. В три года ребенок хочет, чтобы его мнение спросили, чтобы посоветовались с ним. И он не может ожидать, что это будет когда-то в будущем. Ему надо все сразу, немедленно, сейчас. И он пытается любой ценой завоевать самостоятельность и утвердить себя в победе, пусть даже ценой конфликта с близкими людьми. Взрослые потребности трехлетнего ребенка уже не могут быть удовлетворены прежним стилем общения с ним. Ребенок начинает играть во взрослых и им подражать, капризничать, и быть упрямым. Не все родители знают, как вести себя в данной ситуации с трехлетним ребенком, поэтому мы составили определенные правила, по которым родители смогут без конфликтов общаться с ребенком, тем

самым помогая им безболезненно преодолеть кризис трех лет.

Для незаметного течения возрастного кризиса достаточно поддерживать атмосферу любви, ласки, давать простые и четкие инструкции, которыми ребенок сможет руководствоваться, поддерживать и хвалить за достижения, позволять ребенку выражать как положительные, так и отрицательные эмоции, показать ребенку различные способы выражения своих чувств, оставаться спокойным во время вспышек гнева ребенка - не уступать, но и не злоупотреблять властью. Достаточно простые правила, которые помогут каждому из родителей в воспитании в том, что самый важный период в жизни ребенка - это этап познания и вхождения в общество, которое он начинает переживать с 3 лет и поэтому ему необходима поддержка и помощь родителей.

Заключение

Понятие о возрастных кризисах определялись как целостные изменения личности ребенка, которые возникают при изменении стабильных периодов, как переломных точек на кривой детского развития, отделяющие один возрастной период от другого. Кризис, в отличие от стабильных периодов, продолжается недолго (несколько месяцев, год). Возрастные изменения психики могут проходить резко, критически, или постепенно. Развитие в кризисные периоды носит бурный, стремительный, «революционный» характер. В психологии под кризисами понимают переходные периоды от одного этапа детского развития к другому. Возрастные кризисы возникают на стыке возрастов и являются завершением предыдущего этапа развития и началом следующего.

Сутью кризиса является перестройка внутреннего переживания, которое определяет отношение ребенка к среде, изменение потребностей и побуждений, управляющих его поведением.

В современной психологии еще не выработано единого взгляда на возрастные кризисы. Одни исследователи считают их ненормальным, мучительным явлением, результатом неправильного воспитания, другие - видят в кризисах конструктивную функцию, считая их закономерным, неизбежным явлением. Очевидно, больше правы те, кто называет возрастной кризис естественным явлением, поскольку в течение жизни его переживают все люди. По своей сути он является внутренним конфликтом по поводу жизни, его смысла, основных целей и путей их достижения.

Переживания человеком кризиса тесно связано с глубиной и остротой осознание кризисного состояния, с уровнем личностной зрелости, со способностью к рефлексии. Возрастной кризис вызревает внутри личности, наступления его вызывается тем, насколько человек усвоил все, что необходимо было овладеть на определенном возрастном этапе.

Период раннего детства завершается кризисом трех лет, вызванным появлением самосознания, феномена «я сам». На третьем-четвертом году жизни ребенок часто проявляет упрямство - отказывается выполнять требования взрослых, на запрет реагирует аффектом; стремится действовать самостоятельно. Кризис проявляется также в капризности, деспотизме, протестах-бунтах.

Во время кризиса ребенок за очень короткий срок меняется в основных чертах вполне. Для критических периодов характерны процессы перехода к качественно иному типу взаимоотношений детей со взрослыми, учитывая их новые, взрослые возможности. Изменения в период кризисов охватывают три основных компонента: «социальную ситуацию развития», ведущий тип деятельности, структуру сознания ребенка.

Список литературы

1. Амбрумова А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика / А. Г. Амбрумова // Психологический журнал. - 2014. - Т. 6, № 6. - С. 107-115.
2. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Л.И. Божович / Под ред Д.И. Фельдштейна. - М., Воронеж, 2011. - С. 193-213.
3. Брюдаль Л. Ф. Психические кризисы в новой перспективе / Лисбет Ф. Брюдаль; пер. с норвеж. М. Л. Алешкиной. - СПб.: Европейский Дом, 2018. - 164 с.
4. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. - СПб, 2004. - 224 с.
5. Гришина Н.В. Кризисы и конфликты в жизни человека // Психология. Учебник / Под ред. А.А. Крылова. - М.: Проспект, 2012. - С. 356-365.
6. Гроф С. Духовный кризис: когда преобразование личности становится кризисом / С. Гроф, К. Гроф. - М.: Трансперсональное, 2013. - 380 с.
7. Гуськова Т.В. Личностные новообразования у детей в период кризиса 3 лет / Гуськова Т.В., Елагина М.Г. // Вопросы психологи. - 2013. - № 5. - С. 78-85.
8. Доний В.М. Жизненные кризисы личности: в 2 ч. / Доний В.М., Несен М., Сохань Л.В., Ермаков И. и др. - М.: ИЗМН, 2017. - Ч. 1: Психология жизненных кризисов

личности. - 354 с.

9. Кризисная психология: учеб. пособие / под общ. ред. проф. А. В. Тимченко. - Харьков: НУГЗ, 2010. - 401 с.
10. Лембрик И. Детские возрастные кризисы / И. Лембрик // Дошкольное воспитание. - 2013. - № 4. -С. 22-23.