

Возраст строптивости. О кризисе трех лет

Кризис трех лет отличается от того, что происходило в возрасте одного месяца (так называемый кризис новорожденности) или годика (кризис одного года). Если предыдущие два «переломных» момента могли пройти относительно гладко, первые акты протеста носили еще не столь активный характер, а в глаза бросались лишь новые умения и навыки, то с кризисом трех лет ситуация более сложная. Пропустить его практически невозможно. Послушный трехлетка - явление почти такое же редкое, как и покладистый и ласковый подросток. Такие особенности кризисных возрастов, как трудновоспитуемость, конфликтность с окружающими и пр. в данный период впервые проявляются реально и в полном объеме. Недаром кризис трех лет называют иногда еще возрастом строптивости.

К тому моменту, как ваш малыш соберется отмечать свой третий день рождения (а еще лучше, на полгода пораньше), полезным для вас будет знать весь «букет» признаков, по которым определяют наступление этого кризиса - так называемое «семизвездие». Представляя, что значит каждая составляющая этого семизвездия, можно успешнее помочь ребенку перерасти трудный возраст, а также сохранить здоровой нервную систему - и его, и свою.

Негативизм

В общем смысле негативизм означает стремление противоречить, делать наоборот тому, что ему говорят. Ребенок может быть очень голоден, или очень хотеть послушать сказку, но он откажется только потому, что вы, или какой-то другой взрослый ему это предлагает. Негативизм следует отличать от обычного непослушания. Ведь ребенок не слушается вас не потому, что ему так хочется, а потому, что в данный момент не может поступить иначе. Отказываясь от вашего предложения или просьбы, он «защищает» свое «Я».

Упрямство

Высказав собственную точку зрения или попросив о чем-то, маленький трехлетний упрямец будет гнуть свою линию всеми силами. Так ли он желает исполнения «заявки»? Может быть. Но, скорее всего, уже не очень, или вообще давно расхотел. Но как же малыш поймет, что с его точкой зрения считаются, что к его мнению прислушиваются, если вы поступите по-своему?

Строптивость

Строптивость, в отличие от негативизма, это общий протест против привычного образа жизни, норм воспитания. Ребенок недоволен всем, что ему предлагают.

Своеволие

Маленький своевольный трехлетка принимает только то, что он решил и задумал сам. Это своеобразная тенденция к самостоятельности, но гипертрофированная и неадекватная возможностям ребенка. Нетрудно догадаться, что такое поведение вызывает конфликты и ссоры с окружающими.

Обесценивание

Обесценивается все то, что раньше было интересно, привычно, дорого. Любимые игрушки в этот период становятся плохими, ласковая бабушка - противной, родители - злыми. Ребенок может начать ругаться, обзываться (происходит обесценивание старых норм поведения), сломать любимую игрушку или порвать книжку (обесцениваются привязанности к дорогим прежде предметам) и т.д.

Протест-бунт

Лучше всего это состояние можно охарактеризовать словами известного психолога Л.С. Выготского: «Ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними».

Деспотизм

Еще недавно ласковый, малыш в возрасте трех лет нередко превращается в самого настоящего семейного деспота. Он диктует всем окружающим нормы и правила поведения: чем его кормить, во что одевать, кому можно выходить из комнаты, а кому нельзя, что делать одним членам семьи, а что остальным. В случае, если в семье есть еще дети, деспотизм начинает принимать черты обостренной ревности. Ведь с точки зрения трехлетнего карапуза, его братья или сестры вообще не имеют в семье никаких прав.

Обратная сторона кризиса

Перечисленные выше особенности кризиса трех лет могут повергнуть в замешательство многих счастливых родителей младенцев или двухлеток. Однако все, разумеется, не так страшно. Сталкиваясь с подобными проявлениями, вы должны твердо помнить о том, что внешние негативные признаки - это лишь обратная сторона позитивных изменений личности, составляющих главный и основной смысл всякого критического возраста. В каждый период развития ребенок имеет совершенно особые, приемлемые только для данного возраста потребности, средства, способы взаимодействия с миром и осознания себя. Отслужив свой срок, они должны уступить место новым - совершенно иным, однако единственно возможным в изменившейся ситуации. Возникновение нового обязательно означает отмирание старого, отказ от уже освоенных моделей поведения, взаимодействия с окружающим миром. И в периоды кризисов, как никогда больше, идет огромная конструктивная работа развития, резкие, значительные сдвиги и изменения в личности ребенка.

К сожалению, для многих родителей «хорошесть» ребенка зачастую напрямую зависит от степени его послушности. В период кризиса на это надеяться не стоит. Ведь происходящие внутри ребенка изменения, переломный момент его психического развития не могут пройти незаметно, не проявив себя в поведении и отношениях с окружающими.

«Зри в корень»

Главное содержание каждого возрастного кризиса - это формирование новообразований, т.е. возникновение нового типа отношений ребенка со взрослыми, смена одного вида деятельности другим. Например, при рождении малыша происходит приспособление к новой для него среде, формирование ответных реакций. Новообразования кризиса одного года - становление ходьбы и речи, возникновение первых актов протеста на «неудобные» действия взрослых. Для кризиса трех лет, согласно исследованиям ученых и психологов, важнейшим новообразованием является возникновение нового чувства «Я». «Я сам».

За первые три года своей жизни маленький человек осваивается с окружающим миром, привыкает к нему и обнаруживает себя как самостоятельное психическое существо. В этом возрасте наступает момент, когда ребенок как бы обобщает весь опыт своего раннего детства, и на основе его реальных достижений у него складывается отношение к себе, появляются новые характерные черты личности. К этому возрасту все чаще мы можем слышать от ребенка местоимение «я» вместо его собственного имени, когда он говорит о себе. Казалось, еще недавно ваш малыш, смотрящий в зеркало, на вопрос «Кто это?» гордо отвечал: «Это Рома». Сейчас он говорит: «Это я», понимает, что это он изображен на собственных фотографиях, что это его, а не какого-то другого малыша, чуждая рожица улыбается из зеркала. Ребенок начинает осознавать себя как отдельного человека, со своими желаниями и особенностями, появляется новая форма самосознания. Правда, осознание «Я» трехлетнего карапуза еще отличается от нашего. Оно совершается пока не во внутреннем, идеальном плане, а имеет характер, развернутый вовне: оценка своего достижения и сопоставление ее с оценкой окружающих.

Осознавать свое «Я» малыш начинает под влиянием возрастающей практической самостоятельности. Именно поэтому «Я» ребенка так тесно связано с понятием «Я сам». Меняется отношение ребенка к окружающему миру: теперь малышом движет не только желание узнавать новое, овладевать действиями и навыками поведения. Окружающая действительность становится сферой самореализации маленького исследователя. Ребенок уже пробует свои силы, проверяет возможности. Он утверждает себя, и это способствует появлению детского самолюбия - важнейшего стимула к саморазвитию и самосовершенствованию.

Каждый родитель наверняка не раз сталкивался с ситуацией, когда быстрее и удобнее было сделать что-то за ребенка: одеть его, накормить, отвести в нужное место. До какого-то возраста это проходило «безнаказанно», но к трем годам возросшая самостоятельность может достигнуть того предела, когда малышу уже жизненно важно будет пробовать делать все это самому. При этом ребенку важно, чтобы окружающие люди всерьез относились к его самостоятельности. И если ребенок не чувствует, что с ним считаются, что уважают его мнение и желания - он начинает протестовать. Он бунтует против прежних рамок, против прежних отношений. Это именно тот возраст, когда, по

мнению известного американского психолога Э. Эриксона, начинает формироваться воля, и связанные с ней качества - независимость, самостоятельность.

Конечно, давать трехлетке право на полную самостоятельность совершенно неправильно: ведь уже многое освоив к своему юному возрасту, малыш еще не полностью осознает свои возможности, не умеет выражать мысли, планировать. Однако важно почувствовать происходящие в ребенке перемены, изменения в его мотивационной сфере и отношении к себе. Тогда критические проявления, характерные для растущего человека в этом возрасте, могут быть облегчены. Детско-родительские отношения должны войти в качественно новое русло и быть основаны на уважении и терпении родителей. Меняется и отношение ребенка к взрослому. Это уже не просто источник тепла и заботы, но и образец для подражания, воплощение правильности и совершенства.

Пытаясь одним словом описать то важнейшее, что приобретается в результате кризиса трех лет, можно назвать его вслед за исследователем детской психологии М. И. Лисиной, гордостью за достижения. Это совершенно новый комплекс поведения, в основе которого лежат сложившееся у детей на протяжении раннего детства отношение к действительности, к взрослому как к образцу. А также отношение к себе, опосредованное собственными достижениями. Суть нового поведенческого комплекса состоит в следующем: во-первых, ребенок начинает стремиться к достижению результата своей деятельности - настойчиво, целенаправленно, невзирая на встречающиеся сложности и неудачи. Во-вторых, появляется желание продемонстрировать свои успехи взрослому, без одобрения которого эти успехи в значительной мере теряют свою ценность. В-третьих, в этом возрасте появляется обостренное чувство собственного достоинства - повышенная обидчивость, эмоциональные вспышки по пустякам, чувствительность в отношении признания достижений родителями, бабушками и другими значимыми и важными в жизни малыша людьми.

Осторожно: трехлетка

Знать о том, что такое кризис трех лет, и что стоит за внешними проявлениями маленького капризули и буяна, нужно обязательно. Ведь это поможет сформировать вам правильное отношение к происходящему: малыш ведет себя так отвратительно не потому, что он сам «плохой», а просто потому, что пока не может по-другому. Понимание внутренних механизмов поможет вам быть терпимее к своему ребенку.

Однако в сложных ситуациях даже понимание может оказаться недостаточным, чтобы справиться с «капризами» и «скандалами». Поэтому лучше заранее подготовиться к возможным ссорам: как говорится, «тяжело в ученье, легко в бою».

1) Спокойствие, только спокойствие

Основные проявления кризиса, тревожащие родителей, обычно состоят в так называемых «аффективных вспышках» - истериках, слезах, капризах. Конечно, они могут происходить и в другие, «стабильные» периоды развития, но тогда это случается гораздо реже и с меньшей интенсивностью. Рекомендации же к поведению в таких ситуациях будут те же: ничего не предпринимать и не решать до тех пор, пока малыш полностью не успокоится. К трем годам вы уже достаточно хорошо знаете своего ребенка и наверняка имеете в запасе парочку способов того, как можно успокоить малыша. Кто-то привык просто игнорировать такие всплески негативных эмоций или реагировать на них по возможности спокойно. Данный способ очень хорош, если ... он срабатывает. Однако найдется немало малышей, которые способны «биться в истерике» подолгу, и мало какое материнское сердце выдержит эту картину. Поэтому полезным может оказаться «пожалеть» ребенка: обнять, посадить на колени, погладить по головке. Работает данный способ обычно безотказно, но злоупотреблять им не стоит. Ведь ребенок привыкает, что за его слезами и капризами следует «положительное подкрепление». А привыкнув, он будет использовать эту возможность получить дополнительную «порцию» ласки и внимания. Лучше всего начинающуюся истерику останавливать простым переключением внимания. В возрасте трех лет малыши очень восприимчивы ко всему новому, и новая игрушка, мультик или предложение заняться чем-то интересным может остановить конфликт и сберечь ваши нервы.

2) Методом проб и ошибок

Три года - это развитие самостоятельности, первое понимание того, «что я из себя представляю и значу в этом мире». Вы ведь хотите, чтобы из вашего малыша вырос здоровый человек с адекватной самооценкой, уверенный в собственных силах. Все эти качества закладываются именно здесь и сейчас - путем проб, достижений и ошибок. Дайте возможность своему малышу делать ошибки сейчас, на ваших глазах. Это поможет ему в будущем избежать множества серьезных проблем. Но для этого вы сами должны увидеть в вашем малыше, вчерашнем младенце, самостоятельного человека, который имеет право идти своим путем и быть понятым. Было установлено, что если родители ограничивают проявления независимости ребенка, наказывают или высмеивают его попытки самостоятельности, то развитие маленького человечка нарушается: и вместо воли, независимости формируется обостренное чувство стыда и неуверенности.

Конечно, путь свободы - это не путь попустительства. Определите для себя те границы, выходить за которые ребенок не имеет права. Например, нельзя играть на проезжей части, нельзя пропускать дневной сон, нельзя гулять по лесу без шапки и т.д. Придерживаться этих границ вы должны при любых обстоятельствах. В других ситуациях предоставьте малышу свободу действовать по его собственному разумению.

3) Свобода выбора

Право на собственное решение - один из основных признаков того, насколько свободными мы чувствуем себя в той или иной ситуации. Такое же восприятие действительности и у трехлетнего малыша. Большинство негативных проявлений кризиса трех лет из описанного выше «семизвездия» - это результат того, что малыш не чувствует свободы в собственных решениях, действиях, поступках. Конечно, отпускать трехлетнего карапуза в «свободный полет» было бы безумием, но возможность самому принимать решения вы просто обязаны ему предоставить. Это позволит сформировать ребенку нужные в жизни качества, а вам - справиться с некоторыми негативными проявлениями кризиса трех лет.

Малыш на все говорит «нет», «не буду», «не хочу»? Тогда и не заставляйте его! Предложите ему два варианта: рисовать фломастерами или карандашами, гулять во дворе или в парке, есть из синей или из зеленой тарелки. Вы сэкономите нервы, а ребенок получит удовольствие и уверенность в том, что с его мнением считаются.

Малыш упрямится, и вы не можете никак переубедить его? Постарайтесь «инсценировать» такие ситуации в «безопасных» условиях. Например, когда вы никуда не торопитесь и можете выбрать из нескольких вариантов. Ведь если малышу удастся отстоять свою точку зрения, он получает уверенность в своих силах, значимость собственного мнения. Упрямство - это начало развития воли, достижения поставленной цели. И в ваших силах направить его именно в эту сторону, а не сделать источником «ослиной» черты характера на всю жизнь.

Стоит также упомянуть и известный некоторым родителям прием «сделать наоборот». Устав от бесконечных «нет», «не хочу» и «не буду», мама начинает энергично убеждать своего кроху в обратном тому, чего она добивается. Например, «ни в коем случае не ложись в кровать», «ты не должен спать», «не ешь этот суп». С маленьким упрямым трехлеткой этот способ нередко срабатывает. Однако стоит ли им пользоваться? Даже со стороны он выглядит весьма неэтично: ребенок - такой же человек, как и вы, однако, пользуясь своим положением, опытом, знанием, вы обманываете и манипулируете им. Кроме вопроса этичности, здесь можно вспомнить и другой момент: кризис служит развитию личности, формированию характера. Научится ли чему-то новому ребенок, которого постоянно «обманывают» таким образом? Разовьет ли он в себе нужные качества? В этом можно только сомневаться.

4) Что наша жизнь? Игра!

Взросшая самостоятельность - одна из особенностей кризиса трех лет. Кроха хочет все делать сам, совершенно не соизмеряя собственные желания и возможности. Научиться соотносить «могу» и «хочу» - это задача его развития на ближайшее время. И экспериментировать с этим он будет постоянно и в самых разных обстоятельствах. А родители своим участием в таких экспериментах могут реально помочь ребенку быстрее преодолеть кризис,

сделать его менее болезненным и для самого малыша, и для всех окружающих. Это можно делать в игре. Именно ее великий психолог и знаток детского развития Эрик Эриксон сравнил с «безопасным островом», где малыш может «развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность». Игра с ее особыми правилами и нормами, отражающими социальные связи, позволяет малышу в «теплых условиях» опробовать свои силы, приобрести необходимые навыки и увидеть границы своих возможностей.

Потерялся кризис

Все хорошо в меру. Замечательно, если в районе трех лет вы заметили у малыша признаки начинающегося кризиса. Еще лучше, когда через какое-то время вы с облегчением опять узнаете своего ласкового и покладистого ребенка, ставшего немного взрослее. Однако встречаются ситуации, когда «кризис» - со всеми его негативизмами, строптивостями и прочими неприятностями - приходиться никак не хотеть. Родители, которые никогда и не слышали, и не задумывались ни о каких кризисах развития, только радуются. Беспроблемный некапризный ребенок - что может быть лучше? Однако мамы и папы, осознающие важность кризисов развития, и не замечающие никаких признаков «возраста строптивости» у своего малыша трех - трех с половиной лет, начинают беспокоиться. Существует точка зрения, что если кризис протекает вяло, незаметно, то это говорит о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности. Поэтому просвещенные взрослые начинают наблюдать за малышом с обостренным вниманием, пытаются «на пустом месте» разыскать хоть какое-то проявление кризиса, совершают походы к психологам и психотерапевтам.

Однако на основе специальных исследований было установлено, что есть дети, которые в три года почти и не обнаруживают каких-либо негативных проявлений. А если и обнаруживают, то они проходят так быстро, что родители могут их даже не заметить. Думать, что это как-то негативно скажется на психическом развитии, или становлении личности, не стоит. Ведь в кризисе развития главное не то, как он протекает, а то, к чему он приводит. Поэтому основная задача родителей в такой ситуации - следить за появлением нового в поведении ребенка: формированием воли, самостоятельности, гордости за достижения. Обращаться к специалисту стоит, только если вы так и не обнаруживаете всего этого у своего ребенка.

Автор: Наталия Абросимова, психолог