Скрынникова Елена Григорьевна

Слово «кризис» в психологии не имеет той негативной оценки, которую мы придаём ему в быту. Возрастные кризисы естественны и необходимы для нормального развития личности. Это важный период в жизни человека, когда его сознание переходит на новый уровень.

Кризис трёх лет начинается примерно в два с половиной года и заканчивается к четырём годам. Чтобы пережить его максимально безболезненно и не заработать психологических травм, ребёнку необходима грамотная поддержка значимых для него взрослых.

**Внешние признаки кризиса трёх лет**

Отношения с ребёнком будто ломаются. Они и в самом деле требуют перестройки.  Малыш уже не такой ласковый, как раньше. Он становится очень упрямым и своевольным, во всём отказывается от помощи взрослых, игнорирует запреты, просьбы, отказывается от занятий, которые раньше приносили ему удовольствие. Главные слова ребёнка в этот период: «я», «сам», «нет», «не буду».

*Что бы ни предложили родители, малыш протестует, даже если на самом деле предложение ему нравится. Но это была не его идея, поэтому он против. Иногда он говорит родителю «нет», а через несколько минут предлагает то же самое — это нормально для детского кризиса трёх лет.*

Непреодолимое желание ребёнка быть «большим» заставляет его буквально воевать со старшими и другими детьми за ресурсы и лидерство. Он ярко выражает негативные эмоции, устраивает публичные протесты, проявляет ревность, деспотизм и агрессию: ломает любимые игрушки, может оскорбить взрослого или заявить, что не любит его. Такими провокациями ребёнок изучает, как отреагируют другие люди и где находятся границы допустимого.

Но когда малыша хвалят, он сразу навостряет ушки и весь расцветает. Ребёнок очень ярко реагирует на любые признания его успехов: это даёт ему повод чувствовать себя взрослым и гордиться собой.

**Внутренние причины кризиса трёх лет**

В этом возрасте у ребёнка начинает развиваться важнейший инструмент сознания — воля. Позже она превратится в упорство при достижении целей, настойчивость, уверенность в себе, способность обучаться и [доводить дело до конца](https://externat.foxford.ru/polezno-znat/procrastination). Чтобы ребёнок сформировал волю, важно прожить этот период честно и разумно. Отнеситесь с уважением и терпением к его потребностям.

*Ключевая фраза для понимания того, что проживает ребёнок: «Я хочу гордиться собой». Вокруг этого желания и разворачивается весь эмоциональный и поведенческий хаос. Родителям важно это понимать и стараться сдерживать раздражение.*

*«Я хочу сделать это сам, но не могу. А чужая помощь не позволит мне причислить себе это достижение. Я должен пробовать, сто раз ошибаться, но научиться. Это важно для моей самооценки, для понимания, какой я, на что способен, как я могу меняться и менять мир»* — конечно, трёхлетний ребёнок не сможет выразить свои чувства такими словами, но он испытывает именно это.

Кризис трёх лет ещё называют кризисом дошкольного возраста: малыш узнаёт много нового, преисполнен уверенности в себе, хочет знать и уметь всё на свете, стать независимым и ответственным.

Ребёнок, к проявлениям воли которого относились с уважением, выходит из кризиса с замечательной способностью к обучению и самоорганизации. Детское любопытство к миру ограняется самодисциплиной. Появляются первые моральные ценности и опыт решения конфликтов. Конечно, здесь очень многое зависит от взрослого — его мудрости, эмоциональных и моральных ресурсов для воспитания.