



# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ, ЕГО ПРИЗНАКИ И ОСОБЕННОСТИ

Подготовила: педагог-психолог  
Махновская В.А.

# ЧТО ТАКОЕ КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ? «Я САМ!»

**КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ** – ЭТО КРИТИЧЕСКИЙ ВОЗРАСТ РЕБЕНКА, КОГДА НАСТУПАЕТ ПЕРЕЛОМНЫЙ МОМЕНТ В ЕГО РАЗВИТИИ - ПЕРЕХОД ИЗ РАННЕГО ДЕТСТВА В ДОШКОЛЬНОЕ. ЭТОТ КРИЗИС ТАК ИЛИ ИНАЧЕ ПРОЯВЛЯЕТСЯ У КАЖДОГО РЕБЕНКА.

**КРИЗИС МОЖЕТ НАЧАТЬСЯ УЖЕ В 2,5 ГОДА, А  
ЗАКОНЧИТСЯ В 3-4 ГОДА.**



**ЦЕЛЬ КРИЗИСА 3 ЛЕТ** – ЭТО ТАК НАЗЫВАЕМАЯ СЕПАРАЦИЯ, **ОБРЕТЕНИЕ СВОЕГО «Я»**, КОГДА РЕБЕНОК НАЧИНАЕТ ОЩУПЫВАТЬ СВОИ ГРАНИЦЫ. ЧТО ОН МОЖЕТ, НАСКОЛЬКО ВЛИЯТЕЛЬНО ЕГО СЛОВО, КАК ОН МОЖЕТ ГОВОРИТЬ «НЕТ», КАК ОН МОЖЕТ ПОВЛИЯТЬ НА ТУ ИЛИ ИНУЮ СИТУАЦИЮ.

И УЖЕ ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ, ЕСЛИ ПРАВИЛЬНО СФОРМИРОВАЛИСЬ ЭТАПЫ ЕГО РАЗВИТИЯ И РОДИТЕЛИ ПОМОГЛИ ГРАМОТНОЙ СПРАВИТЬСЯ С ЭТИМ ПЕРИОДОМ, РЕБЕНОК МОЖЕТ БЫТЬ УВЕРЕННЫМ В СЕБЕ, У НЕГО ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ ТАКИЕ КАЧЕСТВА, КАК СПОСОБНОСТЬ ГОВОРИТЬ НЕТ, ОТСТАИВАТЬ СВОЮ ТОЧКУ ЗРЕНИЯ, УВАЖАТЬ ГРАНИЦЫ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ, НО ПРИ ЭТОМ ЧЕТКО ПОНИМАЯ ГРАНИЦЫ ЛИЧНОСТНОГО КОМФОРТА.

# ПРИЗНАКАМИ КРИЗИСА ТРЕХ ЛЕТ ЯВЛЯЮТСЯ:

- УПРЯМСТВО,
- НЕГАТИВИЗМ,
- ОБЕСЦЕНИВАНИЕ,
- ЖАДНОСТЬ,
- ВОРЧЛИВОСТЬ
- БЕСКОНЕЧНЫЕ «НЕТ!».



ИМЕННО В ЭТОТ ПЕРИОД У РЕБЕНКА ФОРМИРУЮТСЯ **НЕЙРОННЫЕ СВЯЗИ**. КОГДА РЕБЕНОЧЕК РОЖДАЕТСЯ, ОНИ СФОРМИРОВАНЫ ТОЛЬКО 15 %, А ИМЕННО К ЭТОМУ ВОЗРАСТУ БУДУТ СФОРМИРОВАНЫ ОСТАЛЬНЫЕ 85%.

ИМЕННО ОТ ТОГО, КАК РОДИТЕЛИ БУДУТ СЕБЯ ВЕСТИ, СКОЛЬКО РЕБЁНОК ПОЛУЧИТ ПРИНЯТИЯ, ЛЮБВИ, БУДЕТ СФОРМИРОВАНО ДАЛЬНЕЙШЕЕ ЕГО ОТНОШЕНИЕ К МИРУ.

# ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ?

## **1. ОСНОВНОЙ «УДАР» ПРИХОДИТСЯ НА САМОГО БЛИЗКОГО ЧЕЛОВЕКА**

ТОТ ЧЕЛОВЕК, К КОТОРОМУ БОЛЬШЕ ВСЕГО БУДЕТ ПРИВЯЗАН РЕБЕНОК, С ТЕМ  
ОН И БУДЕТ ВЕСТИ ХУЖЕ ВСЕГО.

ПОТОМУ ЧТО К ЭТОМУ ЧЕЛОВЕКУ У НЕГО НАИБОЛЬШЕЕ ДОВЕРИЕ. И ИМЕННО С  
НИМ ОН СЕБЯ ЧУВСТВУЕТ БОЛЕЕ ЗАЩИЩЕННЫМ.

## **2. В ЭТОМ ВОЗРАСТЕ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ САМ УСПОКОИТЬСЯ**

И ТАКИЕ ФРАЗЫ КАК «УСПОКОЙСЯ», «ПЕРЕСТАНЬ СЕБЯ ТАК ВЕСТИ», НА НЕГО НЕ ПОДЕЙСТВУЮТ, ПОТОМУ ЧТО В ЭТОТ МОМЕНТ У НЕГО РАБОТАЕТ ПРАВООЕ ПОЛУШАРИЕ, ОТВЕЧАЮЩЕЕ ЗА ЭМОЦИИ.

РЕБЕНОК СЛЫШИТ НЕ ВАШ ПОСЫЛ, А СЛЫШИТ ВАШИ ЭМОЦИИ И ВАШУ ИНТОНАЦИЮ, КАКИМ ТОНОМ ВЫ ЭТО ГОВОРИТЕ, ПОЭТОМУ –

**ЧТОБЫ УСПОКОИТЬ РЕБЕНКА, НУЖНО УСПОКОИТЬСЯ САМОМУ!**

### 3. ОСНОВНАЯ ФАЗА РАЗВИТИЯ В ЭТОТ МОМЕНТ ЧЕРЕЗ ИГРУ.

И В ЗАДАЧИ РЕБЕНКА НЕ ВХОДИТ СОХРАНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО РЕЖИМА ДОМА. В СВОЮ ОЧЕРЕДЬ ЗАДАЧА РОДИТЕЛЯ **ОБЕСПЕЧИТЬ ЕМУ ПРОСТРАНСТВО  
ДЛЯ ИГРЫ.**

## 4. У КАЖДОЙ ИСТЕРИКИ ЕСТЬ СВОИ ПРИЧИНЫ!

И ЭТО АБСОЛЮТНО АДЕКВАТНЫЕ ПРИЧИНЫ.

НИ ОДИН РЕБЕНОК НЕ УСТРАИВАЕТ ИСТЕРИКИ ПРОСТО ТАК. И РОДИТЕЛЮ НЕОБХОДИМО **НЕ ПРОСТО ЗНАТЬ ЭТИ ПРИЧИНЫ, НО И ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ УСПОКОИТЬСЯ** И ПРЕОДОЛЕТЬ ЭТУ ТРУДНОСТЬ, ЧТОБЫ РЕБЕНОК НЕ ЧУВСТВОВАЛ СЕБЯ ПЛОХИМ.

В ЭТОТ МОМЕНТ АКТИВНО ФОРМИРУЕТСЯ САМООЦЕНКА У ДЕТЕЙ!

# 4 ФРАЗЫ, КОТОРЫЕ ПОМОГУ РЕБЕНКУ СПРАВИТЬСЯ С КРИЗИСОМ

1. Я ТЕБЯ ЛЮБЛЮ ТАКИМ, КАКОЙ ТЫ ЕСТЬ.
2. ТЫ МОЖЕШЬ ПРОБОВАТЬ РАЗНЫЕ РОЛИ, РАЗНЫЕ ФОРМЫ ПОВЕДЕНИЯ И Я ВСЕГДА ТЕБЕ ПОМОГУ, ПОДСКАЖУ ПОСЛЕДСТВИЯ И Я ВСЕГДА БУДУ РЯДОМ, ЧТОБЫ НЕ ПРОИЗОШЛО.
3. ТЫ МОЖЕШЬ ЗАДАВАТЬ МНЕ ЛЮБЫЕ ВОПРОСЫ И ГОВОРИТЬ, ЧТО ТЫ ЧУВСТВУЕШЬ, ПОТОМУ ЧТО Я С РАДОСТЬЮ БУДУ ОТВЕЧАТЬ НА ТВОИ ВОПРОСЫ.
4. Я МОГУ ПРИНЯТЬ ТВОИ ЧУВСТВА.

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. КРИЗИС МОЖЕТ НАЧАТЬСЯ УЖЕ С 2,5 ЛЕТ, А ЗАКОНЧИТЬСЯ В 3,5-4 ГОДА.
2. ПОСТАРАЙТЕСЬ ВЫРАБОТАТЬ ПРАВИЛЬНУЮ ЛИНИЮ СВОЕГО ПОВЕДЕНИЯ, СТАНЬТЕ БОЛЕЕ ГИБКИМИ, РАСШИРЬТЕ ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ РЕБЕНКА.
3. ПОЗВОЛЬТЕ МАЛЫШУ БЫТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ. НЕ ВМЕШИВАЙТЕСЬ (ПО ВОЗМОЖНОСТИ) В ДЕЛА РЕБЕНКА, ЕСЛИ ОН НЕ ПРОСИТ.
4. ПОМНИТЕ, ЧТО РЕБЕНОК КАК БЫ ИСПЫТЫВАЕТ ВАШ ХАРАКТЕР, ПРОВЕРЯЯ ПО НЕСКОЛЬКО РАЗ В ДЕНЬ, ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ ТО, ЧТО БЫЛО ЗАПРЕЩЕНО УТРОМ, ЗАПРЕТЯТ И ВЕЧЕРОМ. ПРОЯВИТЕ ТВЕРДОСТЬ. УСТАНОВИТЕ ЧЕТКИЕ ЗАПРЕТЫ, ИХ НЕ ДОЛЖНО БЫТЬ СЛИШКОМ МНОГО. ЭТОЙ ЛИНИИ ПОВЕДЕНИЯ ДОЛЖНЫ ПРИДЕРЖИВАТЬСЯ ВСЕ ЧЛЕНЫ СЕМЬИ.
5. ПОМНИТЕ, ЧТО РЕБЕНОК МНОГИЕ СЛОВА И ПОСТУПКИ ПОВТОРЯЕТ ЗА ВАМИ, ПОЭТОМУ СЛЕДИТЕ ЗА СОБОЙ.

6. ПРИ ВСПЫШКАХ УПРЯМСТВА, ГНЕВА ПОПРОБУЙТЕ ОТВЛЕЧЬ МАЛЫША НА ЧТО-НИБУДЬ НЕЙТРАЛЬНОЕ.

7. КОГДА РЕБЕНОК ЗЛИТСЯ, У НЕГО ИСТЕРИКА, ТО БЕСПОЛЕЗНО ОБЪЯСНЯТЬ, ЧТО ТАК ДЕЛАТЬ НЕХОРОШО, ОТЛОЖИТЕ ЭТО ДО ТЕХ ПОР, КОГДА МАЛЫШ УСПОКОИТСЯ. ПОКА ЖЕ МОЖНО ВЗЯТЬ ЕГО ЗА РУКУ И УВЕСТИ В СПОКОЙНОЕ БЕЗЛЮДНОЕ МЕСТО.

8. ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИГРУ ДЛЯ СГЛАЖИВАНИЯ КРИЗИСНЫХ ВСПЫШЕК. НАПРИМЕР, ЕСЛИ РЕБЕНОК ОТКАЗЫВАЕТСЯ ЕСТЬ, НЕ НАСТАИВАЙТЕ, ПОСАДИТЕ МИШКУ ЗА СТОЛ И ПУСТЬ МАЛЫШ ЕГО КОРМИТ, НО МИШКА ХОЧЕТ ЕСТЬ ПО ОЧЕРЕДИ – ЛОЖКА ЕМУ, ЛОЖКА КОЛЕ. ОБЫГРАТЬ МОЖНО МНОГОЕ: ПОЕЗДКУ В МАШИНЕ, УМЫВАНИЕ, ОДЕВАНИЕ.

9. ДЛЯ БЛАГОПОЛУЧНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА ЖЕЛАТЕЛЬНО ПОДЧЕРКИВАТЬ, КАКОЙ ОН УЖЕ БОЛЬШОЙ, НЕ «СЮСЮКАТЬСЯ», НЕ СТАРАТЬСЯ ВСЕ СДЕЛАТЬ ЗА МАЛЫША. РАЗГОВАРИВАЙТЕ С НИМ, КАК С РАВНЫМ, КАК С ЧЕЛОВЕКОМ, МНЕНИЕ КОТОРОГО ВАМ ИНТЕРЕСНО.

10. ЛЮБИТЕ РЕБЕНКА И ПОКАЗЫВАЙТЕ ЕМУ, ЧТО ОН ВАМ ДОРОГ ДАЖЕ ЗАПЛАКАННЫЙ, УПРЯМЫЙ, КАПРИЗНЫЙ.

The background features a smooth gradient from light purple at the top to light blue at the bottom. Several realistic water droplets of various sizes are scattered across the frame, with some in the top-left and bottom-right corners. The text is centered in a bold, black, sans-serif font.

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**