

## «Некоторые моменты адаптации. Кризисные моменты детей 3-х лет (или около 3-х лет)»

В данном вопросе рассмотрим два направления, определяющие моменты собственно адаптации и моменты кризиса детей трех лет (или около трех лет).

### **1-е направление «Адаптация»**

*Давайте попытаемся немного расширить рамки адаптации*

Для каких-то малышей адаптация закончилась успешно, для кого-то она была более болезненной, а у кого-то может продолжаться и сейчас.

Поскольку дети еще маленькие, проблема адаптация (*хотя, может быть и не так остро*) может возвращаться и в течение года. Например, если ребенок долго отсутствовал – по болезни, после отпуска, длительных праздников. После ярких событий групповое помещение может показаться ребенку скучным, а настроение тоскливым.

Поэтому нам надо научиться, *по возможности*, предотвращать неприятные и для ребенка, и для взрослого ситуации. Думаю, что я не скажу ничего особо нового в своих рекомендациях, но опыт показывает, что они, действительно, «работают»

- **Создавать позитивный настрой у ребенка и, прежде всего, у себя на посещение ДООУ.** Это-терпение и время, и никакого раздражения! **В предпраздничные дни**, яркие межсезонные периоды: осень, зима, весна- обращайтесь внимание на ярко украшенные приемную, группу. Говорите, что малыш тоже будет помогать воспитателям в украшении.
- **Организируйте условия для правильного сна, который восстанавливает физические силы организма.** Приближайте его по времени к режиму ДООУ, даже если вы на больничном листе, на отдыхе, у бабушки. Чтение перед сном, а лучше – рассказывание- замечательный ритуал.
- **Поддерживайте аппетит** (*он может быть хорошим, плохим, избирательным – чаще всего у современных детей*). В детском саду меню сбалансированное. Дома многие родители подстраивают его под «общий стол». Задумайтесь о детских блюдах – простых, аппетитных и красивых. Примеров быстрого оформления – масса - в социальных сетях, журналах.
- **Горшок** – это важная составляющая жизни маленького человека. Очень индивидуальная. И это тоже культура жизни.
- **Интерес к игрушкам** – во многом облегчает пребывание малыша в ДООУ, отвлекает его от грустных мыслей. Любимая игрушка - друг и утешитель в отсутствии мамы и папы. Учите ребенка играть! Это не только развлечение, но и коммуникация. В играх ребенок разговаривает, проявляет чувства и эмоции. Педагоги всегда замечают, с каким ребенком играют, а кто предоставлен мультикам или самому себе.
- **Интерес к действиям взрослых** (обращайте внимание на действия взрослых в повседневной жизни и на отдыхе: водителей, дворников, продавцов, докторов, воспитателей, аниматоров, актеров) - на уровне понимания ребенка. Это и знакомство с профессиями и социализация
- **Самостоятельность** (*это желаемое и труднодостижимое качество*). Касаемо маленького ребенка в ДООУ - это самообслуживание в одевании-раздевании, умывании, приеме пищи, уборке игрушек. Это должно осуществляться и дома. Для

- поднятия интереса – подключите игровые и сюрпризные, соревновательные моменты, похвалу, поддержку.
- **Инициативность в отношении с взрослыми** (проанализируйте, насколько ребенок способен вступать в контакт с взрослыми). Учитываем характерные качества: застенчивость, боязливость. А также физиологические факторы, к примеру, задержка речевого развития, тормозящие вступление в диалог, но при надлежащей коррекции со временем восстанавливающиеся.
- **Адекватность к оценке своей деятельности** (отношение ребенка к своим поступкам, порой негативным). Разберитесь, когда нужно говорить категоричное «нельзя» (брать без разрешения чужие вещи, ломать игрушки, бить другого ребенка), а когда можно просто сказать: «не надо» (перебивать взрослых, требовать сладости, которые вызывают аллергию, долго смотреть телевизор, играть в планшет). Расставьте акценты сами!!!
- **Привязанность к взрослым и разлука с ними.** Это одна из главных причин сложной адаптации ребенка. Невозможно равнодушно смотреть на переживания и слезы ребенка при расставании. Конечно, на помощь приходят сразу несколько взрослых.

При составлении проекта «Адаптация родителей к ДОУ» мы выяснили четыре ошибки родителей в этой утренней процедуре.

1. *Незаметное «исчезновение» мамы* (эффект, что мама никогда не вернется- нужен ритуал прощания!)

2. *Стремление как можно быстрее оставить дитя на весь день* (игнорирование определенной схемы, которая возможна и после болезни)

3. *Нарушение режима дня* (об этом говорилось выше)

4. *Быстрые сборы в ДОУ* (родители проспали), исключаящие утреннюю нежность, ласку, настрой - выходите из дома также заблаговременно, чтобы не «впихивать» малыша и скорее убежать, а спокойно проститься. Надо найти «золотую середину» и не затягивать прощание.

## **2-е направление: кризисные моменты детей трех лет (или около трех лет)**

На это потребуются отдельная консультация. Мы ограничимся печатными рекомендациями. Только обязательно их прочитайте. Это семь особенностей поведения ребенка в период кризиса трех лет.

### **Особенности поведения ребенка в период кризиса трех лет**

*Психологи выделяют семь основных особенностей («семизвездие»), характерных для поведения ребёнка в период кризиса трёх лет.*

#### **1. «Как угодно лишь бы не так!»**

Главный мотив, который движет ребёнком, - *сделать не так, как просят, а наоборот.* Это первая составляющая «семизвездия» кризиса трех лет. **Совет:** не давите на ребёнка, не разговаривайте в приказном тоне. Если вы видите, что кроха сопротивляется из негативизма, дайте ему время отойти от бури эмоций.

#### **2. «Я так решил!»**

*Упрямство - вторая составляющая «семизвездия» кризиса трёх лет.* Зачастую родители используют метод «кто кого переупрямит», тем самым усугубляя и закрепляя проявления упрямства и загоняя ребёнка в угол, лишая возможности выйти с достоинством из конфликтной ситуации. **Совет:** не пытайтесь самоутвердиться в противоборстве с малышом. Силы не равны.

#### **3. «Пойди туда, не знаю куда»**

*Строптивость - третья составляющая «семизвездия» кризиса трёх лет,* очень похожа на негативизм, отличие - не направлена на определённого человека. Это протест против самого образа жизни. **Совет:** отвлеките ребёнка от того, что стало камнем

преткновения, и через пять минут малыш неожиданно согласится с вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

#### **4. «Я сам!»**

*Своеволие - четвёртая составляющая «семизвездия» кризиса трёх лет.* Оно проявляется в том, что ребёнок хочет всё делать сам, даже если не умеет. Это потребность в самостоятельности - жизненно важная для трёхлетних малышей. **Совет:** позвольте малышу попробовать сделать всё самому, даже если вы уверены, что он не справится. Пусть кроха убедится в этом сам.

#### **5. «Бунт на корабле»**

Ваш ребёнок каждый день протестует против чего - то: не любит суп, не так причесали, не хочет одеваться, проявляет истерику. И родители поддаются на его *бунт - это пятая особенность «семизвездия» кризиса трёх лет.* Поведение ребёнка носит протестующий характер, как будто малыш находится в постоянном конфликте с окружающими. **Совет:** будьте спокойны, доброжелательны, но тверды в те моменты, когда вы уверены в своей правоте.

#### **6. «Не нужны мне ваши книжки, игрушки»**

Ваш ребёнок любил рассматривать книжки, слушать сказки, учить на память стихи. Он охотно возился с любимыми игрушками, берег их. Но неожиданно кроха теряет ко всему интерес. Это *обесценивание - шестая особенность «семизвездия» кризиса трёх лет.* Теряются старые привязанности к людям, правилам поведения, вещам. Ребёнок может начать употреблять бранные слова, не типичные для дома, грубо обзывает любимых бабушек, дедушек и даже родителей, ломает игрушки, рвет книжки. **Совет:** переключите внимание и интерес ребенка: запишите его в секцию, вместе займитесь лепкой, рисованием или сборкой конструктора.

#### **7. «Властелин семьи»**

Ваше чадо пытается установить над вами власть: играть так, спать этак; есть вот то; купить всё и сразу. Это *деспотизм - седьмая особенность «семизвездия» кризиса трёх лет.* Он чаще всего проявляется в семье с единственным ребёнком. Малыш старается добиться того положения, которое занимал в раннем детстве, когда исполнялись все его желания. Ребёнок хочет попросту стать «господином положения». Если в семье несколько детей, эту особенность можно назвать ревностью. **Совет:** не поддавайтесь на манипуляцию, но старайтесь уделять больше времени ребёнку. Пусть малыш чувствует, что ваше внимание можно получить без капризов и истерик.

**Желаем вам удачи!**

С уважением, педагог-психолог Петухова Т.Ф.