



**ГОД ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

Консультация для родителей

**«Кризис трех лет: инструкция по выживанию для любящих
родителей»»**

Подготовила
(воспитатель)

Юрченко Виолетта Александровна

г. Краснодар, 2026 г.



Введение

Период от 2 до 4 лет в психологии называют «первым подростковым возрастом». Это время, когда ваш ласковый и послушный малыш вдруг превращается в упрямого «нехочуху». Родители часто пугаются, думая, что они плохо воспитывают ребенка или что он «испортился». На самом деле, это важнейший этап развития личности, который свидетельствует о том, что психика ребенка развивается правильно. В этот период происходит рождение системы «Я», и ребенку необходимо проверить границы этого мира на прочность.

1. Психологическая картина кризиса: «Семиглавие»

Психолог Л.С. Выготский выделил семь ключевых признаков этого периода, которые помогут вам понять, что происходит с вашим ребенком:

1. Негативизм. Ребенок дает отрицательную реакцию не на само действие (например, он хочет гулять), а на то, что это предложил взрослый. Он отказывается, чтобы показать свою независимость.

2. Упрямство. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что ему это очень нужно, а потому, что он уже это потребовал. Он «связан» своим словом и боится потерять авторитет.

3. Строптивость. Это общее недовольство всем привычным. Ребенок протестует против образа жизни, который был раньше: против режима, любимой еды или привычных прогулок.

4. Своеволие. Фраза «Я сам!» становится девизом дня. Ребенок стремится к автономии в тех делах, которые ему еще не под силу, что часто приводит к конфликтам.





5. Протест-бунт. Всё поведение ребенка выглядит как постоянная война с окружающими. Возникает ощущение, что он специально ищет повод для ссоры.

6. Обесценивание. То, что раньше было дорого, теряет смысл. Ребенок может начать ломать любимые игрушки, говорить «плохие» слова в адрес близких или отказываться от ласки.

7. Деспотизм. В семьях с единственным ребенком он часто начинает диктовать условия всем: что мама должна надеть, куда папа должен сесть, какую музыку слушать.

2. Как правильно реагировать: Практические рекомендации

Главная задача родителя в этот период — не сломать волю ребенка, но и не позволить ему «сесть на шею».

* Тактика «Выбор без выбора». Избегайте прямых приказов. Вместо «Иди чистить зубы» спросите: «Ты будешь чистить зубы мятной пастой или ягодной?». Это дает ребенку иллюзию контроля и самостоятельности.

* Спокойствие и контейнирование. Когда у ребенка случается истерика, он сам пугается силы своих эмоций. Если вы начнете кричать в ответ, он почувствует, что мир рушится. Станьте для него «тихой гаванью». Просто будьте рядом, не давайте ему причинить вред себе или окружающим, и дождитесь окончания вспышки.

* Правило «Зеленого света». Максимально расширьте зону того, что ребенку можно делать самому. Пусть он сам выбирает одежду (из двух





предложенных вариантов), сам насыпает хлопья в тарелку. Чем больше у него зон легальной самостоятельности, тем меньше поводов для бунта.

* Переключение внимания. Дети в этом возрасте легко отвлекаются. Если назревает скандал из-за нежелания уходить с площадки, не тяните силой. Скажите: «Смотри, какая странная птица прилетела к тому дереву, давай проверим, что у неё в клюве?»».

3. Ошибки воспитания, которых стоит избегать

1. Физические наказания и крик. Это только усиливает агрессию и учит ребенка, что «кто сильнее, тот и прав».

2. Гиперопека. Если вы всё делаете за ребенка, он так и не научится самостоятельности, а кризис затянется или перейдет в пассивную форму (вялость, отсутствие инициативы).

3. Непоследовательность. Если мама запрещает, а папа разрешает, ребенок начинает манипулировать. Правила в семье должны быть едиными.

Помните, что кризис — это не навсегда. Обычно к 3,5–4 годам острые углы сглаживаются. Зато результатом этого сложного периода станет инициативность, воля и уверенность вашего ребенка в своих силах. Наберитесь терпения, чаще обнимайте малыша и помните: за каждым «не хочу» стоит маленький человек, который просто очень хочет, чтобы его услышали.

