

## **Усвідомлення власного «Я» – найважливіше новоутворення кризи трирічного віку**

Головний зміст кожної вікової кризи – це формування новоутворень, тобто виникнення нового типу стосунків дитини з дорослими, зміна одного виду діяльності іншим. Криза трьох років відрізняється від того, що відбулося у віці одного місяця (криза новонародженості) або року (криза одного року). Якщо в попередні два переломні моменти могли пройти відносно гладко, то з кризою трьох років ситуація більш складніша, акти протесту стають більш активними за характером. Наприклад, після народження відбувається пристосування малюка до нового для нього середовища, формування реакцій на це середовище. Новоутворення кризи одного року є становлення ходьби і мовлення, виникнення перших актів протесту на «небажані» дії дорослих.

Криза трьох років – одна з найвідоміших криз розвитку маленької дитини, емоційно дуже важкий період розвитку, як для батьків, так і для самої дитини. Змінюється поведінка малюка, загострюється його прагнення до самостійності.

Основні прояви кризи, які особливо турбують вихователів та батьків, полягають у «афективних спалахах»: сльозах, істериках, примхах. Це може відбуватися і в «стабільні» періоди розвитку, проте це трапляється набагато рідше і з меншою інтенсивністю.

Для кризи трьох років, згідно з дослідженнями учених і психологів, головним новоутворенням є виникнення нового відчуття «Я» та «Я сам». Змінюється ставлення дитини до навколишнього світу: тепер малюком рухає не тільки бажання пізнавати нове, освоїти нові навички поведінки, він починає випробовувати свої сили, спроможності. Феномен «Я» означає не лише виникнення зовні помітної самостійності, але й одночасне психологічне відокремлення дитини від дорослої людини.

Одним з ознак цього є те, що малюк починає говорити про себе в 1 особі. Якщо раніше він казав: «Максим хоче пити!», то тепер дитина чітко вимовляє: «Я хочу пити!» Займенник «Я» в лексиконі стає одним з найуживаніших. Це «Я» поступово переходить в «Я сам!» Дитина починає усвідомлювати себе як окрему людину зі своїми бажаннями й особливостями, отже, з'являється нова форма самосвідомості. Змінюється ставлення дитини до навколишнього світу: тепер малюком рухає не лише бажання пізнавати нове, опановувати дії та навички поведінки. Навколишня дійсність стає сферою самореалізації маленького дослідника. Дитина вже випробовує свої сили, перевіряє спроможності. Вона утверджує себе, і це сприяє появі дитячої самолюбності – найважливішого стимулу до саморозвитку і самовдосконалення. Правда, усвідомлення «Я» трирічної дитини ще відрізняється від нашого. Воно орієнтоване не всередину себе, а зовні: оцінка свого досягнення і зіставлення її з оцінкою тих, хто його оточує.

Батьки і вихователі не раз стикаються із ситуацією, коли швидше й зручніше було б зробити щось за дитину: одягнути її, нагодувати, відвести в потрібне місце. До якогось віку це проходило «безкарно», але з трьох років збільшена самостійність може досягти тієї межі, коли малюку просто життєво необхідно випробовувати, робити все це самому. При цьому дитині важливо, щоб дорослі серйозно ставилися до її самостійності. І якщо дитина не відчуває, що на неї зважають та шанують її думку і бажання, вона починає протестувати. Вона бунтує супроти існуючих рамок, супроти колишніх стосунків. Це саме той вік, коли, на думку відомого американського психолога Е. Еріксона, починає формуватися воля і пов'язані з нею якості – незалежність, самостійність.

Зазвичай давати трирічному малюку право на повну самостійність аж ніяк неможливо: адже, вже багато що освоївши для свого віку, малюк ще не повністю усвідомлює свої можливості, не вміє висловлювати думки, планувати. Однак важливо відчувати переміни, що відбуваються в дитині, зміни в її мотиваційній сфері й ставленні до себе. Тоді критичні прояви в

цьому віці, характерні для людини, що росте, можуть бути полегшені. Стосунки дитини з батьками повинні увійти до якісно нового русла і бути засновані на повазі та терпінні батьків. Змінюється і ставлення дитини до дорослого. Малюк сприймає дорослого вже не просто як джерело тепла і турботи, але і як взірць для наслідування, втілення правильності й досконалості.

Дитина трирічного віку починає прагнути до досягнення результату своєї діяльності – настирливо, цілеспрямовано, незважаючи на складнощі та невдачі, що зустрічаються. По-друге, з'являється бажання продемонструвати свої успіхи дорослому, без схвалення якого ці успіхи значною мірою втрачають свою цінність. По-третє, в цьому віці з'являється загострене почуття власної гідності – підвищена образливість, несподівані емоційні спалахи, чутливість щодо визнання досягнень батьками, бабусями й іншими значущими і важливими в житті малюка людьми.

Криза трирічного віку вперше була розкрита в роботі Ельзи Келер «Про особистість трирічної дитини». Вона виділила 7 характеристик кризи трьох років, усвідомивши які, можна успішно допомогти дитині перерости даний етап розвитку, а також зберегти її психічне здоров'я.

**1. Негативізм.** Якщо ви спостерігаєте, що поведінка вашої дитини йде врозріз з тим, що пропонують дорослі, то, швидше за все, ви спостерігаєте саме негативізм (прагнення робити все навпаки й суперечити дорослим). Дитина відмовляється взагалі підкорятися певним вимогам дорослих. Негативізм слід відрізнити від звичайної неслухняності, адже дитина не слухається вас не тому, що їй так хочеться, а тому, що в даний момент не може вчинити інакше. Відмовляючись від вашої пропозиції або прохання, вона «захищає» своє «Я». У разі різкої форми негативізму справа доходить до того, що можна отримати протилежну відповідь на будь-яку пропозицію, зроблену авторитетним тоном. Наприклад, дорослий дитині заявляє авторитетно: «Ця сукня чорна», - і отримує у відповідь: «Ні, вона біла». А коли говорять: «Сукня – біла», дитина відповідає: «Ні, чорна».

*Дії дорослих:* Зрозуміти закономірність виникнення негативізму дитини: щоб сформувати своє, потрібно відмовитися від «чужого».

**2. Упертість.** Якщо ви відчуваєте, що дитина наполягає на чомусь не тому, що їй це дуже треба, а просто «з принципу», просто тому, що вона цього зажадала, то мова йде про упертість. Цю якість не варто плутати з наполегливістю, яка могла проявитися й раніше. Висловивши власну точку зору або попросивши про щось, трирічний малюк дотримуватиметься свого, що б там не було. Дитина нерідко сама стає «заручником» своєї впертості: вона б і рада була погодитися з дорослим і визнати його правоту, але не може, так як вже сказала своє «вагоме слово».

*Дії дорослих:* Щоб сприймати ситуацію без внутрішнього роздратування й безсильної люті від такої «ірраціональної» поведінки дитини, спробуйте побачити в ній дорослішання дитини, становлення її особистості. Поважайте прагнення дитини діяти на власний розсуд, намагатися мати власну думку. Ви полегшите життя собі і дитині, якщо виявите гнучкість. Іноді просто залиште дитину в спокої на якийсь час, а потім покличете її приєднатися до вас.

**3. Норовистість.** Близька до негативізму й упертості, але має специфічні особливості. Норовистість є більш загальною і безособовою за характером. Норовистість, на відміну від негативізму, - це загальний протест супроти звичного способу життя, норм виховання. Дитина незадоволена всім, що їй пропонують та намагаються зробити дорослі, неважливо, чи вимагають вони чогось, чи пробують розважити.

*Дії дорослих:* Нехай дитина побуде наодинці з собою і займеться тим, чим хоче. Досить скоро їй стане нудно, і вона прийде до вас. Ось тоді ви і запропонуєте їй все те, від чого вона відмовлялася раніше. Тільки зробіть це ненав'язливо, щоб не спровокувати повторну відмову дитини.

**4. Свавілья.** Прагнення до незалежності від дорослого. Дитина сама хоче щось робити. Частково це нагадує кризу першого року, але там дитина прагнула до фізичної самостійності. Тут йдеться про глибші речі – про

самостійність наміру, задуму. Свавільний малюк приймає лише те, що він вирішив і задумав сам. Це своєрідна тенденція до самостійності, але гіпертрофована і неадекватна спроможностям дитини.

*Дії дорослих:* Необхідно шукати золоту середину, адже необмежена свобода для дитини шкідлива не менше, ніж суворі обмеження. Надавайте дітям можливість робити самостійно все, що вони в силах зробити. В тому, що малюк ще не може зробити, але чому його можна навчити, допомагайте йому, але не робіть все за нього. Нехай кожен день додаються справи, які він може зробити сам, таким чином, укріплюючи впевненість у собі, власних силах.

**5. Знецінення.** Знецінюється все те, що раніше було цікавим, звичним, дорогим. Улюблені іграшки в цей період стають поганими, батьки – злими. Правила поведінки, прийняті в сім'ї, раптом перестають існувати для дитини. Те, чим раніше ви легко відволікали малюка, тепер оголошується ним як непотрібне. Дитина може розпочати лаятися, обзиватися (відбувається знецінення старих норм поведінки), зламати улюблену іграшку або порвати книжку (знецінюються прихильності до дорогих раніше предметів) і так далі.

*Дії дорослих:* Коли дитина обзиває матір чи батька, вона повинна розуміти, що робить щось недобре, і що дорослі сердяться. Однак не можна опускатися до рівня трьох років і починати конфліктувати з дитиною. Краще покажіть мімікою чи інтонацією, власними діями, що вам це неприємно й образливо. Якщо малюк просто скандалить, але не ображає нікого, то спробуйте озвучити його почуття: «и зараз сердишся на тата (брата, товариша)? Або «Ти злишся, тому що тобі не дали подивитися телевізор?». Таким чином ви даєте дитині відчуття, що її розуміють, і вчите проговорювати свої емоції так, щоб не кривдити оточуючих. Проте, не забувайте, що потрібно періодично давати дитині можливість прийнятними способами виплеснути свою агресію (жартома побитися, побити грушу, покидатися подушками).

**6. Протест-бунт.** Краще за все цей стан можна охарактеризувати словами відомого психолога Л. С. Виготського: «Дитина перебуває у стані війни з тими, хто її оточує, у постійному конфлікті з ними». Малюк свариться з дорослими, знаходить конфлікти «на рівному місці». Може навіть виникнути відчуття, що вона весь час запасається невдоволенням і негативними емоціями.

*Дії дорослих:* Дайте дитині на деякий час «повоювати» з вами. Коли ви відчуєте, що всі бунтарські прояви вже не мають колишньої могутності і що «розвінчана» дійсність вже в тягар самій дитині, то можете спробувати почати пропонувати їй конструктивний стиль спілкування.

**7. Деспотизм.** Ще нещодавно ласкавий малюк у віці трьох років нерідко перетворюється на справжнісінького сімейного деспота. Він диктує всім свої норми і правила поведінки: чим його годувати, у що одягати, кому можна виходити з кімнати, а кому не можна, що робити одним членам сім'ї, а що - іншим. У разі, якщо в сім'ї ще є діти, деспотизм починає набувати ознак загострених ревнощів.

*Дії дорослих:* Важливо навчитися відділяти справжні потреби дитини від тих, які є проявами її бажання контролювати інших. Слід м'яко, але суворо говорити дитині «ні», підкреслюючи, що дії інших у цьому випадку ніяк їй не шкодять.

Така важка кризова поведінка – абсолютно нормальна для трирічної дитини. Демонстрація дитиною своє самостійності і самоствердження – свідомство того, що її розвиток йде відповідно віку. Дорослим не варто лякатися цієї кризової поведінки, не варто говорити дитині, що вона «погана», а треба спробувати допомогти їй подолати цей складний період і пом'якшити прояви кризи.

Отже, криза трьох років – це період у житті малюка, коли він за будь-яку ціну повинен довести право на самостійність рішень, на власні бажання й потреби, що не залежать від волі дорослих, які його оточують. У дитини з'являється бажання проявити своє «Я», дитина сама шукає нагоду

протиставити себе дорослій людині. У всіх цих ситуаціях дитина сама формує своє «Я».

Допомогти подолати кризу можуть терпіння, любов і віра в можливості малюка. Потрібно зберігати спокій, не дивлячись на всі капризи й істерики дитини. Марно доводити або пояснювати щось плаче і кричущого дитині, потрібно покинути приміщення, якщо ви знаходитесь вдома, або відвести його від людей, якщо ви знаходитесь в суспільному місці. При відсутності глядачів дитина заспокоюється, адже йому не перед ким показувати свої концерти.

Варто набратися терпіння, думати тільки про хороше. Адже, якщо малюк не пройде ця криза у розвитку, то і особистість його буде не до кінця розвинена. Переломний момент потрібний як малюкові, так і батькам, які мають змінити про свою дитину точку зору, сприймати його, як більш самостійного і дорослої людини.

Не варто бути у вихованні занадто авторитарним і не можна дозволяти дитині керувати вами. Завжди прагніть домовитися, пропонуйте маляті альтернативний варіант, разом приходьте до обопільного рішення. Малюк ваш – вже особистість, він починає це усвідомлювати, своїм прикладом показувати йому, що зрілий, доросла людина завжди знайде рішення будь-якої проблеми і спільну мову. Адже ваша задача полягає в тому, щоб виростить зрілу, гармонійно розвинену особистість.