

«Үш жас дағдарысы. Бұл не?»

Ата-аналарға кеңес

Педагог-психолог: Н.Д.Аметова

2022-2023 оқу жылы

Жас дағдарыстары - баланың дамуы мен жетілуінің сөзсіз кезеңі. Бұл бұрылыс нүктелерінің бір түрі, оның барысында барлық бұрынғы құндылықтарды қайта бағалау, өзін-өзі және басқалармен қарым-қатынасты қайта қарау жүреді. Осы сәттердің бірі - 3 жылдық дағдарыс.

Үш жылдық дағдарыс – ерекшеліктері

Баланың әр даму кезеңінің өзіндік қажеттіліктері, өзара әрекеттесу режимі, мінез-құлық үлгілері және өзін-өзі тануы болады. Үш жасқа толған сәби өзінің адам екенін түсіне бастайды. Сәби оның басқа адамдармен бірдей екенін түсінеді. Бұл сөйлеу барысында «Мен» сөзінің пайда болуымен көрінеді. Егер бұрын бала өзі туралы, мысалы, «Саша тамақтанғысы келеді» деп, үшінші адаммен проблемасыз сөйлесетін болса, қазір бұл азаяды. Енді оның айнадағы немесе фотосуреттегі шағылысына қарап, ол сенімді түрде айтады: «Бұл менмін». Сәби өзін өзіндік ерекшеліктері мен тілектері бар тәуелсіз тұлға ретінде қабылдай бастайды. Осы іске асырумен бірге үш жылдық дағдарыс келеді. Бір кездері сүйкімді сүйкімді сәби қазіргі уақытта қатты өзгеріп, қыңыр әрі қыңыр «құлықсыздыққа» айналуы мүмкін.

Баладағы 3 жасар дағдарыс - негізгі белгілері

Баланың өзінің «Менін» білуі күн сайын өсіп келе жатқан практикалық іс-әрекеттің әсерінен басталады. Сондықтан да осы жаста одан «мен өзім» дегенді жиі естуге болады. Осы кезеңде баланы көбірек білуге және жаңа нәрсені игеруге деген ұмтылыс қана итермелемейді, енді ол үшін қоршаған әлем өзін-өзі тану аясына айналады, онда ол өзінің күшін сынап, мүмкіндіктерін сынайды. Айтпақшы, бұл баланың өзін-өзі бағалауды дамытатын сәті, бұл өзін-өзі жетілдірудің ең үлкен стимулдарының бірі.

Оның жеке басының жаңа сана-сезімі ересектерге еліктеуге және бәрінде де оларға ұқсауға деген ұмтылыста көрінеді. Өзінің үлкендерімен теңдігін дәлелдегісі келетін бала, олар сияқты - шаштарын тарқатуға, аяқ киімдерді, көйлектерді және т.б. киюге тырысады, сонымен қатар өздерін үлкендер сияқты ұстайды, өз пікірлері мен тілектерін қорғайды. Сонымен қатар, әлеуметтік позицияны қайта құру жүріп жатыр, тек өзіне ғана емес, туыстарына, тіпті бейтаныс адамдарға деген көзқарас өзгереді. Қиыршықтардың іс-әрекетінің негізгі мотивтері көбінесе лездік тілекке емес, жеке тұлғаның көрінісіне және басқалармен қарым-қатынасқа тәуелді болады.

Бұл жиі үш жылдық дағдарыстың белгілері болып табылатын жаңа мінез-құлық жолдарын тудырады. Оларға мыналар жатады:

- **Қыңырлық...** Кез-келген тілек пен ойды білдіре отырып, нәресте өз қалауымен ол әлдеқашан жоғалып кетсе де, өз ұстанымын ақырына дейін қолдайды. Әдетте, көндіргішті сендіруге ешқандай пайдалы нәрсе туралы ешқандай сендіру мен уәде көмектеспейді. Осылайша, нәресте оның пікірі ескерілгенін түсінгісі келеді.
- **Негативизм...** Бұл термин баланың карама-қайшылыққа деген ұмтылысын және бәрін оның айтқанынан басқаша жасауды білдіреді. Мысалы, нәресте серуендеуге немесе сурет салуға шынымен барғысы келуі мүмкін, бірақ ересек адамнан ұсыныс түскені үшін ғана одан бас тартады. Бірақ бұл мінез-құлық өзін-

өзі ұнатпау немесе бағынбау емес. Осылайша, бала өзі қалағандықтан әрекет етпейді - осылайша ол өзінің «Менін» қорғауға тырысады.

- **тәуелсіздікке ұмтылу...** Бала бәрін жасауға тырысады және тек өзі шешеді. Бір қарағанда, бұл жаман емес, бірақ үш жасар балалардағы жасқа байланысты дағдарыстар бұл қасиетті шамадан тыс, олардың мүмкіндіктеріне сәйкес келмейді. Сондықтан мұндай тәуелсіздікті өзіндік ерік-жігер деп атаған дұрыс болар еді.
- **амортизациялық аударымдар...** Бір кездері балаға қымбат немесе қызықты болғанның бәрі ол үшін барлық мағынасын жоғалтуы мүмкін. Сонымен қатар, бұл заттарға немесе сүйікті іс-әрекеттерге ғана қатысты емес, мінез-құлық, тіпті жақын адамдарға деген қатынас өзгеруі мүмкін. Осы кезеңде нәрестеге арналған ата-аналар «ашулануы» мүмкін, ол бұрын қуана-қуана кездескен сүйкімді көршісі жиіркенішті, сүйікті жұмсақ ойыншықтары жаман және т.б. Балаларға ат қоюды немесе балағаттауды бастау сирек емес.
- **деспотизм...** Бала басқаларға не істеу керектігін немесе өзін қалай ұстау керектігін айтады және оларға бағынуды талап етеді. Мысалы, нәресте кім кетуі керек, кім қалуы керек, не киетінін, не жейтінін және не істейтінін шешеді.

3 жасар дағдарыс - баламен өзін қалай ұстау керек

Баланың мінез-құлқындағы өзгерістер, кейде өте үлкен, көбінесе әкелер мен аналар арасында шатасушылық тудырады. Баланы үнемі жазалай отырып, оларға қатаң реакция бермеу өте маңызды. Мұндай жағдайда бұл баланың 3 жасындағы қалыпты дамуы екенін түсіну керек. Жас дағдарыстары барлық психикалық сау балаларға әсер етеді, бірақ кейде олар сезілмейді, ал кейде керісінше, олар ұзақ уақытқа созылып, нәрестеге көп азап әкеледі. Осы кезеңде ата-аналардың басты міндеті - нәрестені қолдау және оны мүмкіндігінше ауыртпалықсыз жеңуге көмектесу.

Балаңызға таңдау еркіндігін беріңіз

Үш жасар балалар басқалардан, әсіресе ата-аналарынан өздерінің тәуелсіздігі мен тәуелсіздігін мойындайды деп күтеді, дегенмен өздері бұған әлі дайын емес. Сондықтан, осы жастағы балаға кеңес беру және оның пікірін сұрау өте маңызды. Нәрестеге ультиматум қоймаңыз, сіз өз өтініштеріңізді немесе тілектеріңізді ашық айтуға тырысасыз.

Мысалы, егер бала өздігінен киінуге ниет білдірсе, бұған ешқандай жаман жері болмаса да, мұны алдын-ала біліп, заттарын тоқсаннан бір сағат бұрын бастаңыз.

Сіз сондай-ақ бірнеше нұсқалар арасында таңдау ұсына аласыз, мысалы, қызыл немесе сары тәрелкеден тамақтану, саябақта немесе ойын алаңында серуендеу және т.б. Назар аударғыш техникасы жақсы жұмыс істейді. Мысалы, сіз өзіңіздің әпкеңізге барғалы жатырсыз, бірақ сіз нәресте сіздің ұсынысыңыздан бас тартуы мүмкін деп күдіктенесіз, содан кейін баланы ол баратын киімді таңдауға шақырыңыз. Нәтижесінде сіз үгінділердің назарын қолайлы киімді таңдауға аударасыз, және ол сізбен бірге жүру-кетпеу туралы ойланбайды.

Кейбір ата-аналар баланың қайшылыққа бейімділігін өз пайдасына пайдаланады. Мысалы, баланы тамақтандыруды жоспарлағанда, олар оған түскі астан бас тартуды ұсынады. Өз кезегінде, нәресте қарсылық білдіруге тырысып,

тамақтанғысы келеді. Алайда, мақсатқа жетудің осы әдісін қолданудың эстетикасына күмәндануға болады. Ақыр соңында, сіз баланызды манипуляциялап, оны үнемі алдайсыз. Мұндай тәрбиені қабылдауға бола ма?

Балаңыздың өзін тәуелсіз сезінуіне жағдай жасаңыз

Баладағы үш жылдық дағдарыс әрдайым тәуелсіздік деңгейінің жоғарылауымен көрінеді. Бала барлық нәрсені өзі жасауға тырысады, дегенмен оның мүмкіндіктері оның тілектеріне сәйкес келе бермейді. Ата-аналар бұл ұмтылыстарға мұқият болуы керек.

Тәрбиеге икемділікті арттыруға тырысыңыз, үгінділердің міндеттері мен құқықтарын аздап кеңейтуден қорықпаңыз, оған тәуелсіздік сезінсін, әрине, тек ақылға қонымды шектерде, белгілі бір шекаралар болуы керек. Кейде одан көмек сұраңыз немесе қарапайым нұсқаулар беріңіз. Егер сіз нәресте өздігінен бірдене жасауға тырысып жатқанын, бірақ оны жеңе алмайтынын көрсеніз, оған ақырын көмектесіңіз.

Баланың ашушандығымен күресуді үйреніңіз

Дағдарысқа байланысты 3 жасар балада ашуланшақтық өте жиі кездеседі. Көптеген ата-аналар мұндай жағдайларда не істеу керектігін және өзін қалай ұстау керектігін білмейді. Ашуланған баланы елеменіз, өкінбеңіз, қыңырлықтарын орынданңыз немесе жазалаңыз. Мұндай жағдайда, өкінішке орай, барлығына сәйкес келетін бір кеңес беру мүмкін емес. Ата-аналардың өздері дұрыс мінез-құлық сызығын немесе күрес стратегиясын таңдауы керек. Балалардың ашуланшақтықтарымен қалай күресуге болатыны туралы толығырақ біздің мақалалардың бірінен оқи аласыз.

Бас тартуды үйреніңіз

Барлық ата-аналар өздерінің сүйікті сәбилерінен бас тарта алмайды. Соған қарамастан, нақты «Жоқ» деп айта білу кез-келген ересек адамға қажет. Кез-келген отбасында қандай-да бір жолмен асырылмайтын шекаралар белгіленуі керек, ал бала олар туралы білуі керек.

Ата-ана жасамауы керек нәрсе

Сіздің керемет сәбиіңіз тым қыңыр және бақыланбайтын болып өспеуі үшін немесе керісінше, аз бастамашыл және әлсіз ерік-жігерсіз болып қалмас үшін, оған ешқашан оның пікірі ешнәрсе білдірмейтінін және сізді мүлдем мазаламайтынын көрсетіңіз. Қиыршықтардың тәуелсіздікке деген ұмтылысын баса алмаңыз, оған мүмкін болатын нәрселерді тапсырыңыз. Сондай-ақ, нәрестені үнемі ұрсып алмаңыз және оның қыңырлығын бұзуға тырысып, өз позицияңызды ұстаңыз. Бұл баланың сізді естуді тоқтатуына немесе өзін-өзі бағалаудың төмендеуіне әкелуі мүмкін.

Үш жылдық дағдарыс әр ата-анаға тап болатын алғашқы сынақ емес шығар. Осы кезеңде өзін-өзі басқаруды жоғалтпау және оның іс-әрекетіне қарамастан баланызды шын жүректен сүйу өте маңызды.