Что такое кризис 3-х лет и как его преодолеть?



******

***Кризис трех лет –***

**один из самых ярких по проявлениям кризисов детства, нередко застающих родителей врасплох.**

**Любой кризис – это внутреннее противоречие между «хочу» и «могу».**

**Внутренний конфликт - многие желания ребенка не соответствуют его возможностям**

**Внешний конфликт - ребенок сталкивается с постоянной опекой взрослых**

***И что делать в такой ситуации?***

***СМИРИТЬСЯ ИЛИ СОПРОТИВЛЯТЬСЯ?!***

***Другого выхода нет! Вот малыш и сопротивляется!***

**Основные симптомы кризиса 3-х лет**

****

**1,2. НЕГАТИВИЗМ, СТРОПТИВОСТЬ**

***Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому что ему не хочется, а потому что его об этом попросили.***

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**Например, вместо вопроса – Ты будешь кушать?, задайте вопрос – Ты будешь гречневую кашу или рисовую?, т.е. у ребенка должен быть выбор!**



**3. УПРЯМСТВО**

***Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому что ему этого сильно хочется, а потому что он это потребовал: «Я так решил!»***

***Например, малыш просит дать ему машинку, но машинки нет и мама предлагает ему замену (например, любимого робота). Малыш все равно настаивает на своем. Почему? Потому что не он так решил, а мама.***

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**Подождите несколько минут, ребенок сам созреет и сам примет решение – попросит робота.**

**4. СВОЕВОЛИЕ**

***Ребенок все хочет сделать сам, даже если не умеет. Бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее. Но этим вы лишите его радости от процесса деятельности.***

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это им не по силам. Опыт – это сын трудных ошибок. Но если у ребенка что-то получилось, обязательно похвалите его, объясните ему, что именно он сделал хорошо, и подчеркните, какой он стал большой и самостоятельный. Такое признание в успехах придает уверенности в силах.**

****

**5. ПРОТЕСТ, БУНТ**

***- это ответ на давление со стороны родителей, и их желание все решить за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!» и т.п.). Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности, а если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева. истерик). Ребенку очень тяжело долго находиться в нервном напряжении и если не наступает разрядка в виде эмоции или какого-либо вида деятельности, то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета.***

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**Если ребенок заходится в истерике, спокойно переждите ее и только потом объясните, как правильно себя вести и почему. Что-либо объяснять во время истерики бесполезно!!!**

******

**6. ОБЕСЦЕНИВАНИЕ**

***Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (может ломать их, бросать) и к людям (может нагрубить взрослым, стукнуть маму и т.п.).***

***Как ни странно, но это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией). Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если…).***

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

**Направляйте энергию ребенка в мирное русло. Например, если ребенок рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы. Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.**

****

**7. ДЕСПОТИЗМ**

***Ребенок учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет. Например, ребенок может забирать игрушки, одежду, толкать, замахиваться. Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» - это хорошая черта характера, которая помогает человеку быть хозяином жизни, а не слабовольным, ведомым другими людьми.***

**ЧТО ДЕЛАТЬ? Уступайте ребенку в «мелочах», но то, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны!!!**

**ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ:**

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

**НЕ СЮСЬКАЙТЕСЬ, НЕ ДЕЛАЙТЕ ВСЕ ЗА РЕБЕНКА, РАЗГОВАРИВАЙТЕ С НИМ, КАК С РАВНЫМ**

**КОГДА У РЕБЕНКА ИСТЕРИКА, ВОЗЬМИТЕ ЕГО ЗА РУКУ И УВЕДИТЕ В СПОКОЙНОЕ , БЕЗЛЮДНОЕ МЕСТО**

**СЛЕДИТЕ ЗА СОБОЙ**

**(многие слова и поступки ребенок повторяет за вами)**

**НЕ ЗАСТАВЛЯТЬ, А ПРОСИТЬ ПОМОЧЬ**

**ПОСТОЯННО ПРЕДЛАГАТЬ ВЫБОР**

**(или иллюзию выбора – такая вот хитрость во благо всем!)**

**СМЕНИТЬ ТАКТИКУ И СТРАТЕГИЮ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ: уважать его мнение и стремление к самостоятельности.**

***ЖЕЛАЕМ УДАЧИ!!!***