**7 симптомов кризиса трех лет:**

Негативизм. На любое ваше предложение ребёнок старается ответить словом «нет». Вы его зовете кушать – он отвечает, нет, через полчаса он уже приходит на кухню, всем своим важным показывая, что вот сейчас он проголодался. Это реакция не на содержание предложения взрослых, а на то, что оно идет от взрослых. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию.

Упрямство. Каждый из нас часто встречает в магазине разрывающегося от плача ребенка из-за того, что родители отказываются ему купить что-то. Вы сразу подумаете – «какой невоспитанный ребёнок», скорее всего ребенку около 3-х лет. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что хочет, а потому, что он этого потребовал, он связан своим первоначальным решением.

Строптивость. Она безлична, направлена против норм воспитания, образа жизни, который сложился до трех лет. Ребенок начинает баловаться, кувыркаться, когда вы смотрите телевизор или готовите ужин, или ещё хуже, когда к вам приходят гости.

Своеволие. Стремится все делать сам. Он сам мажет бутерброд, завязывает шнурки, заправляет постель. Это связано с первыми проявлениями взрослости ребёнка. Он начинает понимать разницу между детьми и взрослыми, и стремится к похожести на последних.

Протест-бунт. Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими. Он грубит бабушке, пререкается с мамой, даже сверстники не обходят этот протест стороной. Группа маленьких кризисников в песочнице часто ссорятся. Не дают играть в свои игрушки, и дерутся, робко размахивая лопатками.

Симптом обесценивания. Проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей. Отказывается признать свою неправоту и попросить прощения за грубость даже под угрозой лишения шоколада.

Деспотизм. Ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. Безудержными рыданиями, дерзким обращением, капризностью. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

**Что в это время происходит с ребенком?**

Кризис третьего года жизни – это период, когда ребенок впервые начинает осознавать: он подрос и тоже уже кое-что собой представляет, может влиять на других людей и обстоятельства, сам решать, как ему поступать, что он хочет и не хочет. Он чувствует себя большим и требует соответствующего отношения и уважения! А мы, родители, по-прежнему диктуем и командуем – что надеть, когда есть и спать, чем играть и что делать. Потому и рождается бунт: я все решаю сам! Причем завоевание права на самоопределение проходит не только в борьбе со взрослыми, но и с самим собой. Родителям бесконечно тяжело выдерживать упрямство, крики, истерики. Но помните: вашему малышу гораздо тяжелее в этих своих противоречиях! Он не осознает, что с ним происходит, и не властен над своими эмоциями, но буря настигает его изнутри – вот так в муках происходит становление психики.

Пик кризиса – истерики. Причем если до двух лет они тоже порой случались, но были связаны с переутомлением, и значит, нужно было успокоить и помочь, то теперь истерика стала инструментом манипуляции. Ребенок как будто испытывает (подсознательно, конечно!), поможет такой метод добиться своего или нет. Кстати, истерики требуют зрителей – вот почему малыш так любит устроить сцену в магазине, на детской площадке или прямо посреди городской улицы.

**Важно!** Кризис трех лет похож на подростковый, и от того, насколько мудро поведут себя родители, может зависеть, каким будет подростковый период – тяжелой катастрофой с дурными компаниями и мамиными слезами или благополучным, пусть и трудным, обретением взрослости…

Как себя вести, чтобы победителями вышли все?

• Сменить тактику и стратегию общения с ребенком: пора признать, что он взрослый (ну почти!), уважать его мнение и стремление к самостоятельности. Не надо делать за ребенка то, что он может сделать сам, пусть как можно больше пробует – все, что не опасно для жизни: моет пол, накрывает на стол, стирает. Ну развезет воду, разобьет пару тарелок – не велика потеря… Зато сколькому научится и как самоутвердится!

• Постоянно предлагать выбор (либо иллюзию выбора – такая вот хитрость во благо всем). Скажем, мама знает – пора на прогулку, и предлагает: «Костик, мы гулять пойдем пешком по ступенькам или на лифте?». (Варианты: в черной куртке или зеленой? Ты есть будешь борщ или кашу? Из тарелки с цветком или машинкой?)

• Не заставлять, а просить помочь: «Дашенька, переведи меня за руку через дорогу, а то мне страшно». И вот уже дочка крепко цепляет маму за руку – ситуация под контролем и без конфликта.

• Рассчитывать, что ребенку на все надо больше времени, чем взрослому, ведь у него пока другие тип нервной системы и ритм жизни. Скажем, маме надо несколько минут, чтобы одеться самой и одеть ребенка, но ведь он теперь одевается сам – значит начинать процесс надо на полчаса раньше.

Все это поможет предотвратить истерики. И все же они неизбежно случаются, причем чаще всего – на людях. Что делать?

• На ультимативное требование говорим твердое и жесткое «Нет!». И отворачиваемся. Главное, сохранить внешнее спокойствие и бесстрастность – как бы тяжело это ни давалось. Малыш кричит, падает на пол, стучит ногами, прохожие смотрят осуждающе… Придется терпеть. Пойдешь на поводу – и истерика станет у ребенка привычным инструментом достижения цели в общении с родителями.

• Если маленький строптивец демонстративно упал в лужу или на проезжую часть, берем в охапку, переносим в безопасное местечко и кладем как взяли – пусть там покричит. Увы, увещевания в такой момент могут не помочь – придется просто подождать, когда буря минует.

• Создать приятные перспективы – иногда это помогает успокоить. Например, мама говорит: «Ваня, ты раскричался, потому что очень хотел посмотреть мультик. Но сейчас мы пойдем покупать хлеб и по пути купим фломастеры – будем рисовать».

• Наконец малыш успокоился. Заодно понял, что метод не работает. Не критикуйте его: «Чего ты орал, мне стыдно, на тебя люди смотрят…». Лучше скажите с горечью: «Мне жаль, что ты не сдержался…» или «Я так сердита, мне прям кричать хочется!». Такие фразы учат ребенка выражать свои эмоции. Позже он тоже будет говорить примерно так: «Мне обидно, что ты не заметила моих стараний!». И самому легче, когда проговоришь чувства, и другим понятно, каковы причины вспышки.

Кризис трех лет должен состояться в жизни каждого ребенка обязательно. Если его нет, с малышом что-то не так. Кризис – это хорошо! Да, вас ждет трудный период, но он определяет новую ступень развития ребенка.