**Консультация для родителей «Кризис 3-х лет»**

Третий год жизни ребенка… Кажется…самое трудное позади, ребенок повзрослел, ста более самостоятельным, однако многие родители и не догадываются, что конец раннего возраста – один из труднейших периодов в жизни и ребенка , и взрослого. Ребенок все чаще говорит: «Я сам», «Я хочу» и т.п., все чаще закатывает истерики, устраивает бунт против окружающих, пытается добиться своего любыми способами. Такое поведение зачастую огорчает, беспокоит и ставит в тупик даже самых заботливых родителей. Итак, мы поговорим о кризисе 3-х лет.

**Кризис** – особый, относительно непродолжительный во времени период жизни, характеризующийся резкими психологическими изменениями. Кризис 3-х лет имеет весьма условные возрастные ограничения. Он может начаться в 2-2,5 года и протекать бурно и стремительно, а может остаться не замеченным родителями и в 3 года. Форма, длительность и острота проявления будут зависеть от индивидуальных особенностей малыша, стиля воспитания, состава семьи и пр. Известно, что чем жестче ведут себя родители, тем острее протекают кризисные явления. Неблагоприятно на прохождении сказывается начало посещения ребенком детского сада. Считается, что детей лучше отдавать в дошкольное учреждение до 2-х лет или же около 4-х.

Кризис 3-х лет начинается с возрастанием самостоятельности ребенка, когда он старается выделить свое «Я» и установить новые отношения со взрослыми. Как правило, взрослые не успевают быстро перестроиться и продолжают общаться с ребенком как беспомощным маленьким существом, ограничивая его самостоятельные попытки достичь какой-то цели. В это время и проявляются все кризисные явления, свойственные данному возрасту.

По тому, на кого направлен кризис, можно судить о привязанностях ребенка. Обычно в центре событий оказывается мать. И главная ответственность за правильный выход из этого кризиса возлагается на нее. Необходимо помнить, что малыш страдает от кризиса сам. Но кризис 3-х лет – это важнейший этап в психологическом развитии ребенка, знаменующий переход на новую ступеньку детства. Поэтому, если вы увидели, что ваш малыш очень резко изменился (и не в лучшую сторону), постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими в воспитательных мероприятиях, расширяйте права и обязанности малыша и в пределах разумного дайте ему самостоятельность, чтобы он насладился ею. Знайте, что ребенок не просто не соглашается с вами, он испытывает ваш характер и находит в нем слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по несколько раз в день перепроверяет у вас – действительно ли то, что вы запрещаете ему, запрещено, а может быть,-можно. И если есть хоть маленькая возможность «можно», то ребенок добивается своего не у вас, а у папы, у бабушек, дедушек. Не сердитесь на него за это. «Эгоизм» ребенка наивный. Ведь это мы, а не кто иной приучили его к тому, что любое его желание – это приказ. И вдруг – что-то почему-то нельзя, что-то запрещено, в чем-то отказывают ему. Ребенку трудно принять, почему изменяется система требований. И в отместку он твердит вам «нет». Не обижайтесь за это на него. Ведь это ваше обычное слово, когда вы воспитываете его. А он, считая себя самостоятельным, подражает вам. Поэтому когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, найдите выход в ролевой игре, которая с трех лет становится ведущей деятельностью ребенка.

В 3 года самоуважению ребенка льстит, если вы звоните лично ему по телефону, шлете письма из другого города, просите его совета или делаете ему какие-нибудь «взрослые» подарки типа шариковых ручек для письма.

Для нормального развития малыша желательно во время кризиса 3-х лет, чтобы ребенок ощущал, что все взрослые в доме знают, что рядом с вами не малыш, а равный вам товарищ и друг.

**Симптомы кризиса 3-х лет**

1. ***Негативизм***  Это типичная протестная реакция малыша на излишнюю требовательность, жесткие ограничения и запреты, а также на дефицит внимания со стороны родителей. Выражается обычно в том, что ребенок игнорирует любые просьбы взрослых только потому, что они исходят именно от них. Это негативная реакция на взрослого, а не на содержание действий. При сильно выраженном негативизме можно получить отказ на любую просьбу, требование взрослого. Малыш даже может поступать вопреки своим эмоциональным переживаниям. Например, он очень хочет пойти в парк, но, услышав просьбу взрослого одеваться, резко отказывается. Поскольку он сам же от этого страдает, то такие протестные реакции могут сопровождаться как гневом, так и слезами. Ребенок может противоречить взрослому даже в абсурдной форме. **Самая действенная рекомендация** – оставить ребенка в покое или отвлечь от конкретной ситуации. Любой психически здоровый малыш, даже в фазе острого кризиса, отвлекаем. Иногда помогают инверсные просьбы (просьбы «наоборот»): «Мы сейчас никуда не пойдем, ты, пожалуйста, не одевайся сам». Главное, что должны показать родители ребенку, - спокойное, эмоционально-нейтральное поведение. Негативизм с возрастом уменьшается и проходит, если родители властно не подавляют ребенка.
2. ***Упрямство***  Следует отличать эту реакцию от настойчивости, Настойчивость – полезное волевое качество, позволяющее достигать цели, невзирая на трудности. Упрямство – это такая реакция. Когда он настаивает на чем-то не потому, что ему этого хочется, а потому, что он потребовал. Упрямство может стать и устойчивой чертой характера, если постоянно отмахиваться от ребенка, как от мухи, или идти на поводу у его желаний.

Безусловно, **самое простое правило** в этом случае – не запрещать, а объяснять. Ребенок способен понять доводы взрослого. Важное правило – говорить правду.

1. ***Своеволие***  Проявляется в том, что ребенок хочет делать все самостоятельно независимо от ситуации и своих возможностей: сам покупать товары в магазине, рассчитываться с кассиром, выбирать и принимать лекарства, переходить дорогу, не держась за мамину руку и пр. Естественно, такие желания маленького ребенка не вызывают восторга у родителей, однако в любой ситуации с малышом можно договориться. Самый лучший способ в данном случае – компромисс («Давай, я понесу тяжелую сумку за эту ручку, а ты – за другую»). Если ребенку дают возможность что-либо сделать в значимой для него ситуации самому, конфликт с родителями быстро исчерпает себя. И наоборот – любой жесткий запрет приведет к усилению этих негативных проявлений.
2. ***Строптивость***  Внешне выглядит как негативизм, но безадресный. Это протест против всего привычного образа жизни. Ребенку перестают вдруг нравиться любимые игрушки и занятия, какие-либо традиционные в семье совместные игры, ритуалы и пр. ребенок негодует по поводу всего. **Единственный выход** - не будьте консервативными, проявите максимум фантазии, поменяйте привычный уклад, естественно не в ущерб себе и ребенку. Любимая игрушка, например, может неожиданно поменять внешность и характер, стать на время для ребенка его «зеркалом». Дети очень быстро забывают про свои капризы и охотно включаются в новую игру. Самая желанная роль для ребенка – роль взрослого (мамы, воспитателя). Подыграйте ему, и вы увидите, что случилось чудо – ребенка будто подменили.

Остальные три симптома встречаются реже:

1. ***Бунт против окружающих***

Ребенок ссорится со всеми, ведет себя агрессивно.

1. ***Обесценивание ребенком личности близких***

Говорит бранные слова в адрес родителей, замахивается игрушками, отказывается в них играть.

1. ***Деспотизм***

Поведение ребенка в этот период весьма противоречиво: с одной стороны, он старается быть автономным и решать, как взрослые, все сам, с другой – хочет снова стать маленьким, чтобы безраздельно владеть вниманием взрослых. Эти противоречия находят выход во властном поведении, когда ребенок начинает манипулировать взрослыми: «Нет, ты не пойдешь в гости, ты будешь со мной дома!», «Не говори по телефону, а играй со мной!» и пр. Самое время объяснить ребенку, что у каждого члена семьи есть свои дела, обязанности и желания, в которых ему, ребенку, тоже есть место: «Мы с тобой поиграли в мозаику, а теперь мне надо приготовить папе ужин, ведь он придет с работы голодный. Ты будешь мне помогать, и папе будет приятно, что мы вместе трудимся».

Если ребенок не чувствует себя вычеркнутым из родительской жизни, если нет противопоставления на «детские» и «взрослые» дела, малыш спокойнее отреагирует на ваш уход на службу или в гости.

В семье, где несколько детей, деспотизм может проявляться в виде ревности старшего к младшим. Дети, страдая от дефицита внимания со стороны родителей, вымещают свои отрицательные эмоции на младших детей, жестоко обращаясь с ними.

**Рекомендации просты**: ребенка заранее (все 9 месяцев беременности матери) следует готовить к рождению брата или сестры, потом, объединяя уже обоих детей во всех своих делах, матери рекомендуется выделять время для общения только со старшим ребенком. В этом случае ребенок не чувствует так остро свою отверженность.

Безусловно, этот возрастной период очень сложен и для ребенка, и для взрослых, но, зная, что многие симптомы естественны для малыша и со временем проходят, вооружившись терпением, можно преодолеть все бурные проявления эмоциональные проявления ребенка. Это период, когда у ребенка стремительно меняется отношение к окружающим его людям, к самому себе. И от того, насколько готовы меняться вслед за ребенком родители, зависят его гармоничное личностное развитие и взросление.

Родителям важно помнить. Что именно в этот период ребенок пытается заявить о себе какими-либо достижениями, поступками, словами, ожидая от родителей положительной оценки, похвалы. Помните, что одобрение пусть и маленьких, но самостоятельных попыток достичь результата в каком-либо деле – залог высокой самооценки ребенка в будущем. У ребенка обязательно должно быть ощущение и переживание успеха. Тогда кризис пройдет незаметно.

*Как НАДО вести себя родителям в период кризиса ребенка:*

* Взрослые должны сохранять положительное отношение ребенка к самому себе.
* Не следует сравнивать неудачи ребенка с успехами других.
* Там, где возможно, дайте ему право самому выбирать, дайте больше самостоятельности..
* Уважайте замыслы малыша, отвечайте так. Чтобы ребенок чувствовал вашу заинтересованность в делах.
* Если вы позволите ребенку с помощью истерики добиться цели, это станет устойчивой формой поведения.
* Как только ребенок начинает капризничать, обнимите его, уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза.
* Когда ребенок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, что вас огорчило его поведение, выразите уверенность. Что в дальнейшем он будет вести себя лучшею
* Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты, наказывать и побольше ласки, терпения, даже ценой некоторых компромиссов.

При неблагоприятном течении кризиса может наблюдаться целый спектр невротических реакций: нарушение сна, аппетита, страхи, энурез, плаксивость, агрессивность и др.

*Как НЕ НАДО вести себя родителям во время кризиса ребенка:*

* Постоянно ругать и наказывать ребенка за все неприятные для вас проявления его самостоятельности.
* Не говорить «да», когда необходимо твердое «нет».
* Не пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребенка может повысится чувство ответственности.
* Не приучать малыша к легким победам, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него станет трагедией. И в тоже время не подчеркивать свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всем, - это приведет чуть позже или к безразличию во всем, или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.

**Чтобы кризис прошел благополучно, любите своего ребенка.**