**Кризис трёх лет у детей**

[](http://ot1do3.ru/wp-content/uploads/2011/04/8.jpg)…он открыл для себя сладость от противостоя­ния близким взрослым. Ничего не говоря, не возражая, вдруг в самых неожиданных местах стал останавливаться как вкопанный. Если его брали за руку и просили идти дальше или стремились взять на руки, он начинал безудержно сопротивляться и громко рыдать. Если его оставляли в покое, спокойно смотрел по сторонам, наблюдал за проис­ходящим вокруг. Мог даже перекусить, если ему предлагали, а он проголодался. Но не сходил с места. Взрослый мог уйти. Ярослав оставался стоять. Однажды это противо­стояние продолжалось 1 час 40 мин. Крупные капли надвигавшегося ливня в этот раз позволили стать аргументом к тому, что пора уходить.

Это описание поведения ребенка в кризисе трех лет от нашего известного психолога.

Так в чем же тренируются юные упрямцы, **что формируется в период кризиса трех лет**:

1. **Воля**и связанные с ней **чувство независимости и самостоятельности**. Если не дать возможности сформироваться воле – ее место займут чувства стыда и неуверенности.

2. **Гордость за достижения**. То есть способность настойчиво и целенаправленно стремиться к поставленной им цели, невзирая на сложности и неудачи. Только при этом очень важно, чтобы взрослые эту победу увидели и одобрили. Если же этого не произойдет – ценность достижения катастрофически падает. Также надо учитывать, что чувство гордости сочетается в этом возрасте с обостренным чувством собственного достоинства. И отсюда – повышенная обидчивость, эмоциональность и чувствительность к тому, насколько родители и другие, важные для малыша люди признают его достижения.

3. **Способность к обособлению**, отделению от других. Тренирует эту способность он в тех же действиях, что и развивает самостоятельность.  Ведь в момент своего детского противостояния он глубоко переживает чувство обособления, а иногда и отторжения со стороны взрослых, вызванных его «дурным поведением».

4. **Чувствительность и сензитивность к чувствам других.**Если я сделаю так – как отреагирует мама? А если вот так?… Постоянная проверка, наблюдения, выводы… Таким образом (если родители помогут, конечно) юный исследователь человеческих отношений учится и навыкам позитивного общения, и приемлемым (читай – мирным) формам обособления от других.

5. **Рефлексия**. Он вообще только недавно открыл для себя то, что он – это он. Отдельный от других, могущий влиять на окружение. А теперь еще начинает сравнивать себя с другими. И отношение к себе зависит от собственных достижений.

6. Проводится **проверка границ дозволенного**. Ага, если начать истерику в людном месте – мама сломается. А вот это – незыблемо. Даже не стоит и пробовать… Постоянное выяснение что «можно» и что «нельзя».

**Что же делать родителям?**

Прежде всего, давайте учитывать, что:

1. **Он не плохой, он по другому пока не может**и не умеет. Как раз и учится сейчас.

2. **Тактику и стратегию общения с ребенком надо менять**. Обращаться с ним по-старому, как было до кризиса, когда он был «маленьким»,  уже не получится. Это только усилят и негативизм, и упрямство. Ведь как раз против этих отношений малыш и протестует. Он уже из них вырос. И именно взрослому (а кому же еще?) нужно искать выходы из каждого нового случая противостояния. Проявлять гибкость и творчество.

3. Важно **не впасть в дисциплинарный экстаз**, начать «ломать» ребенка, выяснять, кто сильнее и чье слово будет последним. Конечно, у взрослого больше шансов победить – он же большой и сильный. Но вот цена этой победы…

**Конкретные рекомендации**.

1. **Ребенок хочет сделать сам – дайте ему возможность**.  Даже в том, что у него заведомо не может получиться, потому что пока он все же маленький. Мы же учимся методом проб и ошибок. Пускай он совершает свои у вас под присмотром. Последнее – это для обеспечения безопасности. И если он не просит о помощи – не вмешивайтесь в его детские дела.

А если **получилось – обязательно похвалите**: отметьте что именно он сделал здорово, в чем был залог его успеха и как вы этому рады.

2. **Определите несколько неизменных правил**, которые обеспечивают безопасность ребенка и окружающих. Их должно быть немного. Нельзя играть на проезжей части, надо спать днем, и т.д.

А **во всех остальных случаях – действуйте гибко**. Как именно – это уже сфера для проб и ошибок родителей. Но кто же лучше вас знает, что будет сработать с вашим малышом?

- попытка переключить внимание? Оно пока у малышей неустойчиво и яркое новое событие или вещь могут заставить его забыть о предыдущей просьбе

- или малыша иногда можно просто схватить в охапку, закружить, завертеть

- может, сработает прием «Давай вместе»? Пойдем вместе умываться, да еще и мишку захватим…

- попросить его о помощи: » У меня не получается… Помоги мне, солнышко»

- или оставить ему свободу выбора, но в вами заданных рамках: «Ты будешь есть макароны или кашу? » А из какой тарелки – из синей или с корабликами? Гулять будем во дворе или пойдем в парк?»

- возможно, просто отступить на какое-то время: не хочешь есть - не надо. Пускай сам созреет для самостоятельного решения, поэтому же самому поводу. Не с голоду же помирать… или вечно дома сидеть… или книжки совсем не читать…

- предложите безопасную замену в случае негативного действия. Рвет книжки?  А в ответ: «Ой, как интересно бумагу рвать. А я думаю, что газеты еще интереснее. Надо попробовать… так, где они у нас лежат, не помню… Саша, ты не помнишь?…»

3. **Обращайтесь с ребенком, как с равным**. Спрашивайте его мнение, просите разрешения воспользоваться его вещами, говорите «спасибо» в ответ на его услуги… Так вы не только снизите его желание упрямствовать, но и покажете хороший пример для подражания.

4. Ну, а если говорить про **истерики**. Куда уж без них… И лучше в местах людных… публика, зрители, внимание обеспечено.

Если в более ранние годы жизни причиной истерики малыша были усталость или перевозбуждение, то сейчас – это способ манипуляции.

Поэтому на требование мы твердо и уверенно говорим «НЕТ» и лишаем ребенка внимания. Отводим взгляд или отворачиваемся… глубоко дышим… начинаем подсчитывать сколько коробок с печеньем на магазинной полке или внутренне петь песню…. напоминаем себе, что мнение прохожих о воспитанности нашего ребенка или наших родительских качествах – это последняя вещь, которая может нас заботить…

Увещевать ребенка, пытаться ему объяснить что-либо абсолютно бессмысленно. Он все равно вас не слышит. Можно сказать: «Когда ты кричишь, я все равно тебя не понимаю».

Остается только дать ему закончить истерику самостоятельно и не дать ему получить то, чего он таким образом добивается – внимания, вещи, действия от вас. Только помните, что крики, шлепки – это тоже внимание. Пускай негативное, но хоть что-то. Поэтому если вы уступите или он получит внимание – будет использовать этот инструмент воздействия и дальше.

Особые мастера истерик падают на пол особенно грамотно: в лужу или посреди толпы людей. В таком случае аккуратно переносим строптивца в более сухое или менее людное место и кладем в такую же позицию, как брали.

Успокоился? Вот и отлично. Нотаций не читаем, не ругаем. Гораздо продуктивнее использовать сообщение о своих чувствах: «Мне всегда очень стыдно, когда мой сын падает на пол в магазине и кричит».

Ну и если поведение вашего ребенка иногда сводит вас с ума, может мысль о том, что это скоро пройдет, вас утешит. Зато сейчас вы вместе с малышом закладываете основы для формирования его личности. Существует точка зрения, что если **кризис трех лет** протекает вяло, незаметно, то это может говорить о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности.