**Как пережить кризис 3 лет:**

**разъяснение детского поведения и полезные рекомендации психологов**

У всех родителей наступает такой момент, когда их подрастающее чадо начинает делать все наоборот: игнорирует просьбы, разбрасывает только что собранные игрушки, кричит или даже пытается ударить.

Это совершенно не обозначает, что вы – плохие родители. Это свидетельствует о том, что у ребенка наступил кризисный возраст. Сегодня мы с вами поговорим более детально, что такое кризис 3 лет у ребенка, как вести себя родителям, как правильно пережить этот период времени.

**Как проявляется кризис? Симптомы**

Если у трехлетнего ребенка спрашивают: «Какого цвета твоя игрушка?», и он прекрасно зная правильный ответ, говорит, что она зеленая (хотя на самом деле – красная), а потом еще и пытается устроить истерику по данному поводу, доказывая свою правоту, ‒ это первый звоночек кризисного возраста. Родители, как правило, знакомы с этим термином, но все же ассоциируют его со сложностями подросткового поведения. На самом же деле кризисный возраст бывает и у малышей, просто ведут они себя немного с другим размахом.

Кризис 3 лет психологи называют порой упрямства. Главный симптом, который свидетельствует о том, что он начался, - это упрямство во всех его проявлениях: негативизм, протест и т.д.

Негативизм – это когда ребенок всегда старается поступить наперекор взрослому, несмотря на свои желания. Например, пришло время дневного сна. Мама просит сына лечь в кроватку, а он отказывается это делать, невзирая на то, что сам уже практически засыпает во время игр.

Или еще хороший пример: бабушка предлагает внучке пообедать, та много набегалась, напрыгалась и очень хочет кушать, но отказывается садиться за стол, чтобы сделать вопреки просьбе бабушки. Упрямство в чистом виде выражается тем, что, если ребенок уже ответил на вопрос, переубедить его ответить иначе будет очень сложно.

Например, родители вместе с сыном гуляют вечером перед сном на улице. Мама говорит, что пора идти домой, ребенок отказывается. Далее мама с папой пытаются убедить сына, что на улице уже стемнело, похолодало, стало страшно. Мальчик соглашается с их доводами, но домой идти отказывается, так как не желает менять своего первого ответа «нет».

**Сколько длится кризис 3 лет у ребенка**

Если вы спросите, сколько длится кризис 3 лет у ребенка, то ни один специалист не даст вам точный ответ. Так как продолжительность кризисного периода зависит от каждого отдельного случая, а еще – от правильного поведения родителей.

Если вы сможете достойным образом вести себя с капризным трехлеткой, то кризис минует гораздо быстрее. А поэтому к нему нужно быть готовым заранее. Но все же примерные возрастные рамки есть: кризис может происходить в период с двух с половиной и до трех с половиной лет.

У более активных деток с хорошо развитой речью кризисный возраст более ранний и первые его признаки проявляются приблизительно в 2 годика и 6 месяцев – 2 годика 8 месяцев.

**Психология**

Трехлетний малыш, как и подросток, пытается покорить мир и перекроить его под себя, но арсенал его влияния на родителей еще не так велик. Ребенок в возрасте 3 лет с каждым днем осваивает речь, поэтому для него характерна «речевая вредность» - крики, истерики, ругательные слова, услышанные на улице от прохожих и т.д.

Более того, 3 года – это такой возраст, когда ребенок уже понимает, насколько он важен для родителей, поэтому он может испытывать их своими просьбами, требованиями. Например, вот хочется ребенку во время ужина играть в мяч, он сделает все, чтобы добиться своего. Будет канючить, плакать, перекидывать посуду и т.п.

*Как же нужно вести себя родителям с ребенком во время кризисного периода?*

На самом деле им нужно просто запастись выдержкой и спокойствием, чтобы, несмотря ни на что, проявлять свою требовательность. Ребенок должен осознавать, что все правила нужно выполнять независимо от его желаний.

Руки перед едой моют, шапку в плохую погоду обязательно одевают, игрушки складывают в корзину, на улицу обуваются и т.д.

Но взрослый должен четко ставить свои требования перед ребенком и быть последовательным в их исполнении. Если сегодня вы заставили ребенка вымыть руки, то должны это сделать и завтра, и послезавтра. Если вы не дали разрешения играть кухонным сервизом сегодня, то должны это делать всегда.

А не так, что сегодня можно поиграть, а завтра уже нельзя, потому что от такого непоследовательного поведения взрослых ребенок теряется. Он абсолютно не понимает родителя, почему вчера это было можно делать, а сегодня стало вдруг нельзя. И, естественно, он будет пытаться добиться своего, во что бы то ни стало.

**Кризис трех лет, советы родителям:**

- *Читайте как можно больше книг, в которых идет речь о привычных ситуациях.*

В качестве примера, советуем «Путаницу» Чуковского;

- *Включите в цикл своих развлечений игру «все наоборот»*,

во время которой вы будете предлагать трехлетке определенное задание, а он должен будет выполнить его наоборот.

Сначала потренируйтесь на его любимой игре, занятии. Например, вашему малышу нравится рисовать.

Начните с «противоположного» цвета. Пусть солнышко станет зеленым, а дерево – синим. Или же поиграйте со словами: называйте бабушку – дедушкой, маму – папой, кошку – собакой, белое – черным и т.д.

Для детей, переживающих кризис, это будет довольно интересно, так как соответствует их бунтарскому поведению. Затем по аналогии вы можете прокручивать жизненные ситуации. Например, «не будем сегодня мыть руки», значит – будем и т.п. Данная игра, когда все делается наоборот, очень забавляет трехлетку. А если в его адрес еще поступят похвальные слова, то восторгу ребенка не будет предела.

- *Еще малышам нравится, когда взрослые начинают с ними дурачиться.*

В таком случае они не чувствуют, что кто-то главный, а кто-то подчиненный, а наоборот – ощущают себя равноправно вместе с мамой и папой, что очень важно для становления капризного трехлетки.

К примеру, это может быть игра со словами, когда всем предметам вы присваиваете увеличительные суффиксы и проговариваете все название более громким голосом: «А сейчас мы с тобой наденем зеленое куртище» или « А мы будем кушать вкусный-превкусный супище».

Чем же полезен такой прием?

Совсем недавно малыш понял, что благодаря речи он может идти наперекор родителям. А сейчас взрослые помогают сделать ему новое открытие: оказывается, это еще и может быть смешным. У трехлетки появляется чувство юмора.

- *Более того, родителей 3-летнего малыша могут выручить любимые персонажи из мультфильмов ребенка*. 4На их примере можно объяснять, что делать в той или иной ситуации (если герой мулька положительный).

Например: «А что бы сделал в такой ситуации Кузя из «Лунтика»?». Или же ввести любимых персонажей в игру. Для начала купить или смастерить самостоятельно их фигурки, а потом с их помощью обыгрывать жизненные ситуации. Ребенка увлечет такая игра, и на подсознательном уровне он выработает себе со временем правильные установки.

**Кризис трех лет у детей психология**

Кризис трех лет: психология объясняет этот период не только как один из сложнейших, но и как один из самых важных, потому что в данное время ребенок впервые проходит процесс становления себя как личности, осознает свое «я».

Ну и самое главное, о чем должны помнить родители: каким бы сложным не был кризисный возраст ребенка, он обязательно имеет и свои положительные стороны.

Вредность трехлетнего малыша – это своеобразный катализатор его речевого развития. Во время игр и установки правил поведения ваше чадо узнает все больше и больше новых названий абстрактных понятий, предметов, т.е. обогащает свой словарный запас.