**[Кризис трехлетнего возраста.](http://dsovp1591.mskobr.ru/conditions/specialists/konsul_taciya_pedagoga-psihologa_krizis_trehletnego_vozrasta/)**

**Памятка для родителей**

К трем годам резко возрастает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого и соответственно изменяется поведение ребёнка. Этот период – один из наиболее трудных в жизни ребёнка – называется кризисом трех лет.

Основные проявления кризиса:

 *Негативизм*. Ребенок категорически отказывается делать то, о чем его просят, или делает наоборот, прямо противоположное тому, что ему сказано. При этом он дает негативную реакцию не на само действие, а на требование или просьбу определенного взрослого.

 *Упрямство и строптивость*. Ребенок упорно настаивает на чем-то, даже на том, чего ему не так уж сильно хочется или давно расхотелось. Его строптивость направлена не против конкретного взрослого, а против сложившейся в раннем детстве системе отношений. Он недоволен всем, что ему предлагают или что делают другие.

 *Своеволие*. Ребенок хочет делать все сам, стремится к самостоятельности во всем. Это стремление часто не соответствует возможностям ребёнка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

 *Обесценивание*. Обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше – старые правила поведения, старые привязанности к вещам.

 *Протест-бунт и деспотизм* проявляются в частых ссорах с родителями. Ребенок стремится диктовать всем свою волю, он как бы находится в состоянии войны с окружающими. Если в семье несколько детей, то обычно возникает ревность – нетерпимое отношение к другим детям.

Все эти симптомы свидетельствуют о том, что у ребёнка изменяется отношение к другим людям и к самому себе, и он нуждается в изменении отношения к нему со стороны родителей. Не стоит пугаться остроты протекания кризиса, яркие кризисные проявления говорят о том, что у ребёнка сложились предпосылки для дальнейшего развития: происходит отделение от взрослого, он начинает выделять себя как отдельного человека, проявлять самостоятельность.

Признаки кризиса могут начать проявляться в разное время и с разной интенсивностью. В поведении одних детей они возникают уже в возрасте полутора-двух лет, у других отодвигается к четырем годам. Тем не менее через кризис в том или ином виде проходят все дети.

**Как помочь ребенку благополучно выйти из кризиса?**

Вызывающее поведение ребёнка можно рассматривать как некое приглашение, призыв к родителям упорядочить его мир, показать ему своей реакцией, что на самом деле важно, а что нет. Ребенку нужна твердость вашей позиции, но не меньше нужна и помощь в освоении правил, в их принятии.

 Постарайтесь увидеть позитивные стороны проявления кризиса: упрямство – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребёнка качества; капризность – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего Я, эгоизм – проявление чувства собственного достоинства, и т.п., вам будет легче принять происходящие в ребенке изменения.

 Подумайте стратегию поведения по отношению к ребенку: когда и на чем настаивать, с чем в его поведении мириться, и запишите все свои требования. Вспомните про светофор: красный цвет – строгий запрет, желтый – иногда можно проехать, но в основном «стоп», зеленый – движение без ограничений. Подумайте, куда отнести то или иное требование. Например, требование ложиться спать в 21.00 – жесткое или возможны послабления в зависимости от ситуации? Важно решить, чего именно вы будете требовать строго, а где пойдете на уступки без внутреннего сопротивления.

 Будьте настойчивы и последовательны. Если вы сказали «нет», не меняйте позиции.

 Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Обычно пик упрямства приходится на возраст 2,5-3 года. Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки, но девочки капризничают чаще, чем мальчики. В кризисный период приступы упрямства и капризности могут случаться у детей по 5 раз в день, а у некоторых и чаще.

 Примите к сведению приступ капризности, но не очень волнуйтесь за ребёнка. Оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

 Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.

 Не сдавайтесь, даже когда приступ у ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести. Капризность требует зрителя, не привлекайте посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка!» Ребенку только это и нужно.

 Постарайтесь переключить внимание ребёнка: «А что это там за окном воробьи делают?» - подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится. Хорошо, если у вас в запасе есть много способов «перехитрить» ребёнка, добиться от него выполнения желаемого, не вступая с ним в открытое столкновение.

 Переключение сработает быстрее, если ребенок услышит в вашей интонации искренний интерес: «Давай играть в «Наоборот»: я тебе скажу – не ешь суп, а ты будешь меня не слушаться, а я на тебя как будто сердиться».

 Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, и здесь вам помогут фантазия и юмор.

Чем больше идей в запасе, тем проще выбрать наиболее подходящий вариант реагирования на капризы ребёнка. Задавшись целью пополнить копилку идей, вы непременно найдете, у кого поучиться.