

### ***Консультация для родителей на тему: «Кризис трёхлетнего возраста».***

В жизни каждого ребёнка бывает момент, когда он вдруг из очаровательного карапуза превращается в самостоятельного и независимого человека. Как правило, эти изменения происходят примерно в 3 года. Психологи называют этот сложный период «кризисом 3-х лет».

В 3 года дети сравнивают себя со взрослыми и хотят во всем быть похожими на них. Они хотят от родителей признания своей независимости и самостоятельности. Ребёнок хочет, чтобы с ним советовались и учитывали его мнение, он уже сегодня, сейчас хочет быть взрослым: «Я сам!».

Взросшие потребности ребёнка не могут быть удовлетворены прежним образом жизни. Возникают противоречия между возможностями и желаниями ребёнка. Кризис сопровождается массой позитивных и негативных изменений в детском организме. Однако следует помнить, что все трудности носят временный переходящий характер. В этот период происходит физиологическая и биологическая перестройка организма, в результате чего у детей наблюдается: повышенная чувствительность мозга к воздействию окружающей среды. Снижение адаптационно-компенсаторных возможностей детского организма (подверженность заболеваниям, особенно нервно- психологическим).

Взрослым важно вовремя запомнить это и понять, что необходимо менять свои отношения с ребёнком, тогда этот переходный период может пройти гладко и безболезненно. Но если родители не осознают, что ребёнок находится на новом этапе и прежние методы общения с ним уже не актуальны, то ребёнок может превратиться в совершенно неуправляемого упряма, главной задачей которого будет противоречие окружающим и капризы.

Ребёнок постоянно развивается, а всякому процессу развития (помимо медленных, постепенных перемен) свойственны скачкообразные переходы – кризисы. Они необходимы, это - движущая сила развития.

#### ***Кризис 3 лет: симптомы***

В поведении детей дошкольного возраста часто можно увидеть признаки кризиса 3 лет. Если ребенок внезапно совсем отбился от рук, вспомните о его возрасте. Кризис 3 лет необязательно посетит ребенка непосредственно в его третий день рождения. Период отрицания и упрямства может начаться за полгода до трехлетия или на полгода позже.

*Вы столкнулись с кризисом 3 лет, если ребенок:*

- постоянно проверяет границы дозволенного;
- устраивает истерики по любому поводу и без;
- требует купить нужную ему игрушку, рыдая и катаясь по полу в магазине;
- на прогулке убегает в противоположную от вас сторону;
- не реагирует на просьбы и слово «нельзя»;
- негативно воспринимает любые ваши предложения;

- на все отвечает «нет», «не хочу», «не буду»;
- пытается все делать самостоятельно и по-своему: сам натягивает куртку, сам садится есть, если что-то не получается — закатывает истерику;
- не поддается переубеждению.

*Вот какие решения преодоления кризиса предлагают психологи Дон и Джоан Элиум, авторы книг по воспитанию сына и дочери:*

1) Для малыша важно знать, что каждое утро после того, как он проснётся, его одежда будет лежать на стуле рядом с кроватью, что он оденется, умоется, будет завтракать вместе с родителями, после почистит зубы, вымоет руки и будет играть.

Подобный простой распорядок устанавливают и поддерживают родители. Причём, делая это, не повторяют по сто раз: «Оденься, умойся....» Они берут ребёнка за руку, ведут с собой в ванную комнату, приговаривая: «А теперь пора умыться». Или: «Пора убирать игрушки. Эти кубики - словно потерявшиеся автомобили, давай поищем для них гараж....» Твёрдый распорядок позволяет свести к минимуму борьбу, которую обычно приходится вести родителям, добиваясь от ребёнка выполнения таких дел, как одевание, собирание игрушек, чистка зубов. Нужно только быть рядом, чтобы помочь малышу. Не нужно ожидать от ребёнка, что он по собственному почину сделает то, о чём его просят. Это возраст повторений, ребёнку нужно настойчиво и терпеливо всё показывать снова и снова, прежде чем он сможет соблюдать установленный распорядок по собственной инициативе.

2) Маленькому ребёнку нужны «кирпичные стены» - абсолютные запреты, при которых не может быть места для дискуссий.

Абсолютные запреты создаются родителями и последовательно, строго соблюдаются в семье (не включать плиту, утюг, телевизор, не брать спички, зажигалки, не выходить за пределы двора и т.д.)

Причём, «кирпичные стены» возводят родители не столько на словах, сколько через создание определённой домашней среды. Никакие суровые слова, объяснения, шлепки по рукам не смогут воздействовать на любопытство растущего исследователя. Ребёнок скорее будет недоумевать и обижаться на родителя, который стукнул его за то, что он потянулся к красивой статуэтке. Лучше просто убрать бьющиеся и опасные предметы так, чтобы ребёнок не мог дотянуться, пока не подрастёт настолько, что сможет обращаться с ними достаточно осторожно.

*Что делать родителям, чтобы помочь ребёнку пережить кризис 3-х лет.*

Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончится в 3,5-4 года.

Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребёнка.

Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребёнка, если он не просит. Дочь, пытаясь натянуть кофточку, так хочется ей помочь, но малышка не оценит вашего стремления, скорее всего, она будет громко сопротивляться.

Помните, что ребёнок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят и вечером. Проявите твёрдость. При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что – ни будь нейтральное. Когда ребёнок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.

Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребёнок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по - очереди – ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание...

Для благополучного развития ребёнка желательно подчёркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться всё сделать за малыша.

Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.

Любите ребёнка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

*ЛЮБИТЕ СВОЕГО РЕБЁНКА ТАКИМ, КАКОЙ ОН ЕСТЬ!*



Материал подготовила: Кузнецова Е. В.