**Консультация для родителей**

 **«Кризис трех лет»**

Подготовила:

Полякова В.В., воспитатель

В жизни каждого ребенка бывает момент, когда он вдруг из очаровательного карапуза превращается в самостоятельного и независимого человека. Как правило, эти изменения происходят примерно в три года. Психологи называют этот сложный период кризисом трех лет.

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

Возросшие потребности ребенка не могут быть удовлетворены прежним стилем общения и прежним образом жизни. Возникают противоречия между возможностями и желаниями ребенка.

Кризис сопровождается массой позитивных и негативных из­менений в детском организме. Однако следует помнить, что все трудности носят временный и преходящий характер.

В этот период происходит физиологическая и биологическая перестройка организма, в результате чего у детей наблюдается:

■ Повышенная чувствительность мозга к воздействию окру­жающей среды.

* Ранимость центральной нервной системы в связи с отклоне­ниями в перестройке эндокринной системы.
* Снижение адаптационно-компенсаторных возможностей дет­ского организма (подверженность заболеваниям, особенно нервно-психическим).

Уважаемые родители, Вам важно вовремя заметить это и понять, что необходи­мо менять свои отношения с ребенком, тогда этот переходный период может пройти более гладко и безболезненно.

**Основные симптомы поведения ребенка «Кризиса трех лет»**

**1. Яркое проявление негативизма** - это немотиви­рованное поведение, которое проявляется в действиях и словах, которые намеренно противоположны требованиям и ожиданиям взрослых.

Ребенок противопоставляет себя взрослым и перестает выпол­нять их требования, стремясь делать все наоборот, не только наперекор взрослым, но часто и в ущерб своим интересам.

Например, мама приглашает малыша на прогулку, он соглаша­ется, но вдруг категорически отказывается.

Бывает и так, что взрослые сами провоцируют вспышки нега­тивизма. Это происходит тогда, когда используется авторитарная модель взаимодействия с ребенком, когда ребенку постоянно приказывают, не считаются с его интересами (Ешь быстро, не ори и др...).

**2. Ребенок противится прежним отношениям**

В поведении ребенка наблюдается строптивость *—* постоянное недовольство всем. Это как "бунт против норм воспитания, уста­новленных ранее для ребенка, против всего прежнего образа жизни" (Л.С. Выготский).

Авторитарное воспитание в семье, когда родители часто ис­пользуют приказы и запреты, способствует яркому проявлению строптивости.

Однако если ребенку давать полную свободу и не ограничи­вать его ни в чем, то взрослые будут испытывать затруднения в тех ситуациях, когда действия ребенка все же приходится огра­ничивать. Например, в магазине, где он требует купить понра­вившуюся ему игрушку. Необходимо помнить, что вседозволен­ность до хорошего не доводит.

 *Реже в поведении детей наблюдаются и такие симптомы:*

■ *Обесценивание ребенком личности близких —* ребенок часто ссорится со всеми дома, находясь как бы в состоянии "войны".

* *Деспотизм* — ребенок во что бы то ни стало хочет добиться, чтобы исполнялось любое его желание, он хочет стать "господи­ном положения".
* *Ревность —* когда в семье есть еще дети, то ребенок вынуж­ден делить власть над окружающими с братом или сестрой. Такое положение его не устраивает, он изо всех сил начинает бороться за власть. Ревность может проявляться открыто: дети часто дерут­ся, ссорятся. Но бывает и так, что на глазах у родителей ребенок стремится показать себя с хорошей стороны и заявляет, что обо­жает брата. Родители совершенно уверены в этом. Однако на са­мом деле ребенка раздирают внутренние противоречия.

Чтобы не произошло подобное, родители должны чутко от­носиться к потребностям каждого ребенка. Находить время и обя­зательно уделять внимание каждому ребенку.

Ребенок в этот период любой ценой пытается завоевать самостоя­тельность и самоутвердиться, настаивает на равноправии, разными путями выражает протест против зависимости от родителей.

Взрослый не должен стоять на пути детской самостоятельности. Ребенок растет, отстаивает "свою самостоятельность", свое право на действия по собственным решениям.

Нравственное воспитание начинается с усвоения ключевых слов: "НАДО" и "НЕЛЬЗЯ". Это развивает ориентировку малыша в окружающем мире и обязывает его. Запретов должно быть мало, но они должны быть ТВЕРДЫМИ. Каждому "нельзя" противопо­ставляйте альтернативное "можно". Например, малыш тянется к очкам бабушки - нельзя! Не послушался. Опустите на пол или предложите ласково: "Поправь бабушке очки, погладь ее".

**3. Упрямство и капризы**

Ребенок проявляет упрямство, которое выражается в стрем­лении поступать по-своему вопреки разумным доводам. Пик уп­рямство приходится на 2,5—3 года. Мальчики упрямее девочек. Девочки капризничают чаще.

Упрямство следует отличать от настойчивости, когда ребенок добивается своего потому, что он так решил. Настойчивый -стойкий в своих намерениях, твердый, упорный; неотступный в требованиях.

В этот момент взрослые должны научить малыша, как можно поступить в таком случае, а не загонять его в угол своими требо­ваниями. Конечно можно "выиграть битву", заставив ребенка сде­лать то, что Вы требуете. Но это приведет только к усилению напряжения и, возможно, к истерике ребенка, который может усвоить манеру поведения взрослого, и в дальнейшем будет дей­ствовать подобным образом.

Наша задача - не искоренять упрямство, а переводить его в настойчивость. Направлять активность ребенка в нужное русло.

В кризисный период приступы упрямства и капризности на­блюдаются у детей по пять раз в день, а у некоторых до 19 раз.

Период упрямства и капризности заканчивается к 3,5—4 годам. Если и позже дети проявляют упрямство и капризы, то есть опасность фиксации упрямства и истеричности как удобных спо­собов манипулирования родителями. Не следует поддаваться на­жиму ради своего спокойствия.

Кризис трех лет разрешается путем перехода ребенка к игро­вой деятельности. Если желания малыша намного превосходят его возможности, необходимо искать выход в ролевой игре. Научите ребенка играть "во взрослых", беря на себя роль мамы, папы, врача, продавца и т.д. Покажите ему несложные действия, которые он может воспроизвести. Поиграйте рядом с ребенком, он с удовольствием будет Вам подражать.

**Чтобы облегчить протекание кризиса следуйте следующим рекомендациям:**

-Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.

-Не пытайтесь настаивать жёстко на том, чтобы ваши требования всегда соблюдались. Если случай позволяет, можно и пропустить эпизод непослушания.

-Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

-Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку - это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его взбудоражат.

-Будьте в поведении с ребёнком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

-Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять за руку и увести.

-Капризность и истеричность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая девочка, ай-яй-яй!». Ребёнку только этого и нужно.

-Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т.д.), «А что за окном делает ворона?» - подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю, он успокоится.

- Попробуйте перевести по возможности острую ситуацию в игровую- например, начать вести себя парадоксально. Вместо ложки дать ему вилку, вместо носка -майку и т.д. Если вы хотите, чтобы он поел, скажите ему, поставив тарелку : «Только не ешь ни в коем случае!». Но не принимайте этот совет за абсолютное руководство к действию. Как правило, девочки поддаются на такие условия легче, чем мальчики.

-Не поддавайтесь на «провокации» ребенка, даже если чувствуете, что он пытается поссорить взрослых между собой. Самое неприятное осложнение детских проступков - это конфликты взрослых.

-Поощряйте самостоятельность. Все, что не представляет опасности для детской жизни, ребенок может попробовать сделать, пусть даже в процессе познания разобьется несколько кружек. Кроха хочет рисовать на обоях? Прикрепите к стене ватман и дайте несколько фломастеров. Проявляет неподдельный интерес к стиральной машине? Небольшой тазик с теплой водой и кукольная одежда надолго отвлекут от проделок и капризов.

-Предоставьте право выбора. Родительская мудрость предполагает дать даже трехлетнему малышу возможность выбора как минимум из двух вариантом. Например, не натягивайте на него силком верхнюю одежду, а предложите выйти на улицу в зеленой или красной куртке.

 Конечно, серьезные решения по-прежнему принимаете вы, но в непринципиальных вещах можно и уступить.