

## Консультация для родителей «Кризис трех лет»

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;

требуется 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.

**Причины кризиса 3 лет** В возрасте трех лет ребенок пытается отделить свое «я» от родительского. Он начинает осознавать себя отдельной самостоятельной личностью со своими желаниями, которые нужно отстаивать. Детский кризис 3 лет часто проявляется в демонстративном и даже тираническом поведении ребенка: он устраивает истерики на пустом месте и не соглашается буквально ни с чем. Ребенок как будто специально хочет сделать назло, наоборот, вопреки желаниям родителей. Конечно, такое поведение вызывает у родителей недоумение и раздражение, но следует помнить, что ребенок упрямится и говорит «нет» не для того, чтобы вам досадить. Он просто не знает других способов утвердиться как личность. Как пережить кризис 3 лет, ребенку должны показать родители.

### **Кризис 3 лет: рекомендации родителям**

**Не пытайтесь переделывать ребенка,** воспитывать его и «ломать» под себя

Если у ребенка кризис 3 лет, советы родителям сводятся, по большому счету, к рекомендациям соблюдать баланс. Не стоит как наказывать ребенка, так и поощрять его поведение. Во время истерики попытайтесь переключить внимание упряма на что-то другое, а если не получается — просто переждите, но когда ребенок успокоится, обязательно поговорите с ним случившееся, объясните, что любите его по-прежнему, но такое поведение вас очень расстроило и в обществе оно недопустимо.

### **Предоставьте ребенку возможность выбора**

Ребенок хочет быть самостоятельным? Разрешите ему самому принимать решения. Не принуждайте съесть кашу и бутерброд, спросите: «Ты будешь кашу или бутерброд?» Если вы идете по делам, оставьте ребенку возможность поучаствовать в определении маршрута: «Мы сначала зайдём в магазин или в аптеку?»

**Иногда можно сыграть и на противоречии:** если вам срочно нужно собрать ребенка в детский сад, а он отказывается одеваться, скажите, что в сад вы сегодня не пойдёте. Ребенок из упрямства начнет кричать: «Нет, пойдём!» Воспользуйтесь этим, но подчеркните, что сегодня вы выполняете его просьбу, а завтра он будет выполнять вашу.

**Помогите ребенку принять себя**

Ребенок должен поверить, что он хороший, несмотря на временные трудности с поведением. Хвалите ребенка, если он выполнил ваши поручения, подчеркивайте, что он послушный и у него все отлично получается.

**Не пытайтесь воспитывать ребенка в момент истерики.** Оставьте его в одиночестве и дайте ему успокоиться. Только после полного успокоения объясните ребенку все «за» и «против», оставаясь спокойным, как бы трудно это не было. Если истерика случилась на улице или в магазине, по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место, и там переждать приступ истерики. После того, как ребенок успокоится, объясните ему, что вы его очень любите, но [капризами он ничего не добьется](#).

**Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет».** Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас идем гулять», А создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?».

**Применяйте ролевые игры** для объяснения ребенку норм поведения. Проигрывайте ситуации капризов, подчеркивая реакцию малыша на плохое поведение куклы. В игре капризничая персонаж должен всегда представляться маленьким, глупым, несмышленным.

**И самое важное: ребенок учится на примере родителей.** Не допускайте в своем поведении таких поступков, которые Вам не хотелось бы лицезреть, глядя на свое чадо.

### **Обратитесь к специалистам**

Если вы не справляетесь с ситуацией, становитесь раздражительным, агрессивным или, наоборот, у вас опускаются руки, вам поможет наука психология. Кризис 3 лет — тема, на которой специализируются многие детские психологи, которые подскажут, как правильно себя вести, откуда черпать спокойствие и силы, а также поработают с самим ребенком.

Реакция родителя на капризы ребенка при кризисе трех лет – очень важный вопрос. Трехлетний ребенок настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации, даже если это очень сложно. Помните, что кризис трех лет – это вовсе не проявление вредности или плохой наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение самостоятельности и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка. Следовательно, ваш девиз в это непростое время: терпение, терпение и терпение!

### **Кризис 3 лет: когда заканчивается?**

На протяжении жизни взрослеющий ребенок еще не раз столкнется с кризисами определенного возраста, ведь кризис 3 лет возрастная психология считает начальной точкой на пути становления личности.