

# Кризис трех лет

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

## Основные признаки 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 системы 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 ребенка 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.** Проявляется 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 ребенка изменяется отношение к другим людям и 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 ребенка сложились предпосылки для дальнейшего развития – происходит отделение от взрослого, он начинает выделять себя как отдельного человека, проявлять самостоятельность. Через этот кризис проходят в том или ином виде все дети.*

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

1. Постарайтесь увидеть позитивные стороны проявления кризиса: **упрямство** – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; **капризы** – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего Я; **эгоизм** – проявление чувства собственного достоинства и т.п.
2. Продумайте **стратегию** поведения по отношению к ребенку: когда и на чем настаивать, с чем в его поведении мириться, и запишите все свои требования. Решите для себя, исполнение каких требований будете спрашивать с ребенка строго, в каких случаях возможны послабления в зависимости от ситуации. Например, лечь спать в 21.00 – жесткое требование или возможны уступки?
3. Будьте **настойчивы и последовательны**. Если вы сказали «нет» - не меняйте позиции.
4. Не придавайте большого значения упрямству и капризности. В кризисный период приступы упрямства и капризности могут случаться у детей по 5 раз в день, а у некоторых и чаще.
5. Примите к сведению приступ капризности, но не очень волнуйтесь за ребенка. Оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его **понимаете**.
6. Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку - это бесполезно.
7. Не сдавайтесь, даже когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести. Капризы требуют зрителей, не привлекайте посторонних.
8. Постарайтесь переключить **внимание** ребенка: «А что это там за окном воробьи делают?» - подобные отвлекающие маневры заинтригуют и успокоят ребенка.
9. Переключение сработает быстрее, если ребенок услышит в вашей интонации искренний **интерес**.
10. 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 ребенка!***