

Кризис трех лет

Что нужно знать взрослым об особенностях поведения ребенка младшего дошкольного возраста

- **3 года - может вести себя некоторое время нормально (хорошо):**
 - способен играть вместе с другими детьми в игрушки и фантазийные игры;
 - может помогать взрослым;
 - может в какой-то мере быть чутким к переживаниям других;
 - допускает внесение незначительных изменений в обещания взрослых.
- **Нормальное (плохое) поведение:**
 - не хочет общаться и играть с другими детьми и взрослыми;
 - не хочет заботиться о других;
 - эмоционально глух к боли, причиняемой окружающим людям и животным;
 - истерики, слезы, крик.
- **Советы взрослому, которые помогут предупредить нежелательные формы поведения ребенка:**
 - говорите малышу о своей любви к нему как можно чаще;
 - целуйте его, обнимайте и берите на руки при каждом взаимном желании и возможности;
 - избегайте ситуаций, в которых ребенок вынужден подчиниться вашему требованию поневоле;
 - терпеливо демонстрируйте культурные формы отношений в ответ на агрессию ребенка;
 - сопровождайте телесные контакты с ним словами нежности.

- В период кризиса 3 лет у детей **появляются такие особенности в поведении как: негативизм, своеволие, упрямство, агрессия и многие другие нежелательные проявления психики.**

Понятие "Кризис трёх лет" весьма условно, его временные границы размыты.

Начинается кризис 3 лет примерно с 2,5 и продолжается до 3,5 - 4 лет.

Как помочь ребенку справиться с кризисом 3 лет:

- Не применяйте авторитарный стиль воспитания, откажитесь от гиперопеки.
- При возникновении у ребёнка вспышки гнева, слез, истерик, проявляйте спокойствие и терпение. Не позволяйте себе кричать и срывать в ответ,

если ребенок будет видеть ваше спокойствие, он быстрее успокоится в ответ. Ребенок не должен усвоить, что криком, слезами и истерикой можно манипулировать родителями. Детей бьющихся в истерике не нужно наказывать. Ваш крик и ругань только усилят истерику. Ребёнок сам успокоится, когда поймет, что на вас его слезы не действуют.

- Старайтесь не спорить с ребёнком. Не пытайтесь силой переломить его упрямство. Помните, что ребенок проверяет вас. Раньше ребёнку было позволено практически всё, теперь же многое находится под запретом, в следствие чего ребенок пытается выстроить новую систему взаимоотношений со взрослыми и окружающим миром. Ребёнок учится на родителях отстаивать свою точку зрения, независимость.
- Поменьше вмешивайтесь и торопите его.
- Дайте возможность ребенку быть самостоятельным (например, самому одеваться и раздеваться). Поручите ему несложные задания: полить цветы, накрыть на стол, подмести пол и т.д.
- Позвольте ребенку делать самостоятельный выбор: спрашивайте, какую игрушку он бы хотел взять с собой в садик или на прогулку. Какую футболку хотел бы одеть из предложенных вами нескольких вариантов. Ребёнок должен учиться принимать самостоятельные решения.
- Уступайте в мелочах. Если ребенок за обедом хочет сначала съесть второе, а потом суп, позвольте ему, ничего страшного не случится.
- Четвертый год жизни наиболее благоприятный период для формирования трудолюбия у ребенка.
- Предлагайте ребенку свою помощь, а не делайте все за него.
- Показывайте ребенку свою любовь, чаще хвалите, обнимайте его.
- В возрасте 3 лет игра становится для ребенком ведущей деятельностью. Используйте игровые приемы в общении с ребенком. Если ребенок отказывается кушать кашу, попросите его покормить игрушку, сказав, что кушать та согласна только по очереди с ребенком. По средствам ролевых игр можно обучить ребенка правилам этикета, нормам поведения, правилам

вежливости, как правильно вести себя за столом, в союзники возьмите игрушки ребенка.

- Ребенок четвёртого года жизни начинает испытывать гордость за свои успехи и достижения. Хвалите и поддерживайте своего ребенка.
- Не сравнивайте достижения вашего ребенка с достижениями других детей. На четвертом году жизни у ребенка еще не сформировано чувство здорового соперничества. Сказав своему ребенку: "Вот посмотри, какой Катя красивый аккуратный кораблик нарисовала, а у тебя не корабль, а корыто какое-то и рисунок неаккуратный, ты не старался!" вы внушите малышу только негативные чувства к Кате. Намного будет лучше и эффективнее, если вы приведете ребёнку его собственный пример, например: "Сегодня у тебя кораблик получился намного лучше, чем вчера, рисунок аккуратный, молодец".
 - Не следует ставить ребёнку общих оценок, типа: "растяпа", "плохорукий" и т.п. Ваши невзначай брошенные слова могут больно ранить ребенка и послужить основой для дальнейших психологических проблем. Поддерживайте в ребёнке уверенность, что он всё может сделать сам: "Молодец, у тебя почти получилось, давай я тебе немного помогу, и мы вместе всё сделаем правильно".

Кризис 3 лет у детей - это период серьёзного испытания для родителей. Помните, что вы тоже когда-то были детьми. Если вам сложно в одиночку справиться с поведенческими проявлениями ребенка, не тяните, обратитесь к детскому психологу, он поможет вам восстановить мир в семье.

