

Кризис трёх лет: правила для родителей

Необходимо понять, что подобные особенности поведения ребёнка – не дурная наследственность или врождённая вредность. Это стремление к большей независимости, нужно выстраивать с ним совершенно другой формат отношений.

Правильное понимание значения кризиса трёх лет важно ещё и потому, что в этом возрасте малыш принимает своё «Я», у него формируется первоначальная самооценка, то есть зарождается детская личность.

Чтобы максимально сгладить выраженность негативных проявлений кризисного периода, взрослым следует прислушаться к рекомендациям специалистов:

1. Дайте ребёнку большую **самостоятельность**. Например, привлекайте его к выполнению домашних обязанностей, можно доверить мытьё посуды (пластиковой), уборку, раскладывание салфеток и пр. Исключение касается только потенциально опасных занятий – работы с электрическими приборами.

2. Сохраняйте спокойствие. **Чрезмерно эмоциональное реагирование** родителей на поведение ребёнка лишь упрочит его позиции и участит истерики. Если же вы спокойно и без эмоций смотрите на крики и слёзы, малыш понимает, что его манипулирование не приводит к нужному результату. В результате поведение стабилизируется.

3. Снизьте количество запретов, многочисленные ограничения злят его. Озвучьте важные правила, касающиеся безопасности и социальных норм, которые нарушать категорически запрещено. А в мелочах можно и нужно уступать.

4. Позвольте ребёнку выбирать. Можно немного схитрить, предложив малышу выбрать из нескольких вариантов. Пойдёт в садик в зелёном или голубом.

Малыш в три года не идёт наперекор родителям, особенно если его не заставляют, а просят. Мудрые родители не тащат сопротивляющегося ребёнка через дорогу, а просят его взять себя за ручку и перевести на другую сторону проезжей части.

Борьба с истериками Третий год жизни ребёнка – время для появления либо усиления истерических реакций. Нарастает их интенсивность кризис трёх лет, поэтому советы родителям по борьбе и предупреждению истерик придутся как нельзя кстати.

Чтобы предупредить эмоциональную вспышку, необходимо заранее договариваться с ребёнком. Конечно, это не поможет в 100% случаях, однако вероятность истерики существенно снизится.

В разгар аффекта не следует что-либо объяснять ребёнку. Подождите, когда он придёт в себя, а уже затем обсудите, почему его поведение (а не он)

кажется вам плохим и недостойным. Обязательно рассказывайте малышу о своих чувствах, пусть даже негативных.

В случае публичной истерики необходимо лишить ребёнка «зрителей». Отвести его в менее людное место, или отвлечь внимание пролетающей птичкой.

Ведущий вид деятельности для трёхлеток игра, все ситуации, приводящий к истерикам, следует проигрывать. «Делайте покупки» вместе с куклами, «кормите» игрушек, разыграйте поход в поликлинику и т.д.

Психологами доказано, что кризис трёх лет – это обязательная и закономерная веха детского взросления. Однако наличие негативных признаков, их чрезмерная выраженность – это необязательное условие развития ребёнка.

Иногда кризисный период протекает без явной симптоматики и характеризуется возникновением определённых **личностных новообразований**:

- осознание ребёнком своего «Я»;
- разговор о себе в первом лице;
- возникновение самооценки;
- появление волевых качеств и настойчивости.

Кризис будет протекать мягче, если родители будут учитывать возрастные и индивидуальные особенности малыша при выборе оптимальных воспитательных мер.

Трёхлеткам свойственны некоторые общие поведенческие черты, о которых стоит упомянуть подробнее, чтобы учитывать их при общении с малышом:

- Дети пытаются добиться конечного результата своих действий (рисование или), поэтому неудачи часто его не останавливают, а только стимулируют.
- Полученный результат малыш любит демонстрировать взрослым. Вот почему родителям необходимо давать положительные оценки итогам детской деятельности, ведь негативное или безразличное отношение может привести к негативному самовосприятию у детей.
- Появляющаяся самооценка делает ребёнка обидчивым, зависящим от чужого мнения и даже хвастливым. Поэтому невнимательность родителей к детским переживаниям может стать источником негативного самоопределения.

Таким образом, **появление собственного «Я»**, умение добиваться своего и зависимость от оценок близких людей становятся главными результатами кризиса трёхлетнего возраста и ознаменовывают переход ребёнка на следующий этап детства – дошкольный. В ваших силах сделать его протекание безболезненным и плодотворным для малыша. Для этого нужно лишь уважать его как личность.

Педагог-психолог МБДОУ Марьясова Г.А.