

## ПАМЯТКА О КРИЗИСЕ ТРЕХ ЛЕТ

Родители маленьких детей знают, что по достижению ими трехлетнего возраста, наступает кризисный период. Многих это пугает, потому что поведение ребенка резко меняется, и управлять им становится достаточно сложно. Но если правильно подготовиться к кризису, можно пережить этот период без сильных переживаний.

Это особый период в жизни ребенка, относительно непродолжительный, но доставляющий некоторые неудобства родителям. Характеризуется значительными изменениями в психическом развитии. Точной даты наступления нет, то есть это не означает, что как только малышу исполнилось три года, сразу начнется сложный период. Развитие каждого ребенка идет по индивидуальному плану. Зависит от особенностей психики, воспитания. Наступает кризис в период с 2,5 до 3,5 лет. Длительность его также индивидуальна, но обычно к 4 годам сложный период проходит.

Кризис – это взросление, перестройка психики маленького человека. Острота эмоциональных реакций, продолжительность периода зависят от темперамента, отношений с родителями.

В три года младший дошкольник начинает осознавать себя отдельной личностью. У него есть свои желания, которые он стремится реализовать. Это важное новообразование данного периода. Поэтому родителям становится непросто контактировать с ребенком и управлять его поведением. Появляется и самосознание.

Появляется некое расхождение – ребенок начинает осознавать себя как большой, но родители все еще ведут себя с ним, как с маленьким. Это заставляет его бунтовать, доказывать свою самостоятельность.

В это время появляются различные реакции на стресс и попытки воздействовать на поведение:

- ✚ негативизм,
- ✚ строптивость,
- ✚ своеволие,
- ✚ упрямство,
- ✚ деспотизм,
- ✚ обесценивание,
- ✚ одно из частых явлений – истерики.



### РЕКОМЕНДАЦИИ И СПОСОБЫ, КАК ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С МАЛЫШОМ

**Реагировать спокойно.** Ребенок ищет слабые места, на которые можно надавить, он пробует взрослых на прочность. Дети — отличные манипуляторы и хорошо знают, как добиться желаемого. Но если родители будут реагировать слишком бурно, это приведет к конфликтам, всплеску негативных эмоций, истерикам, отказу выполнять требования взрослых. Спокойствие родителей передается чаду, и он не так бурно реагирует на ситуацию или требования взрослых.

**Поощрять самостоятельность.** Ребенок в этом возрасте стремится исследовать мир. Он учится действовать сам, и это надо стимулировать. Ему нравится рисовать на стенах – можно прикрепить в этом месте лист бумаги. Хочет, как мама заняться стиркой, — выделить емкость с водой для стирки кукольной одежды. Таким образом малыш приучается и к труду.

**Ограничения должны быть разумными.** Не стоит устанавливать строгие запреты. Есть то, что категорически нельзя делать, например, подходить к розетке. Есть действия, которые малыш может совершать под наблюдением и с помощью взрослых.

**Право выбора.** Также развивает самостоятельность. Можно спросить: что ты сегодня хочешь надеть – синюю майку или зеленую.

Кризис 3 лет – момент переломный, и важно правильно построить процесс воспитания и способы взаимодействия с ребенком. Явление это нормальное, не стоит его бояться. Но чем доверительнее отношения с родителями, тем сложный период будет пройден легче.