Консультация для родителей

Кризис 3-х лет и как его преодолеть

Мурзина М.И - воспитатель
МБДОУ «Детский сад №3»
г. Шадринск

Что делать родителям? Упрямство, протесты, истерики и своеволие - частые проявления кризиса 3 лет у детей. Отношения с ребёнком будто ломаются. Они и в самом деле требуют перестройки. Еще вчера милый и послушный, малыш вдруг превращается в тирана, устраивающего истерики по любому поводу. Главные слова ребёнка в этот период: «я», «сам», «нет», «не буду».

Кризис может быть как ярко выраженным, так и слабо, но он обязательно должен наступить. Когда наступит – радуйтесь,- ваш ребёнок развивается нормально. Первые признаки кризиса нередко можно заметить уже в 1,5 года, а пик его приходится на возраст около трёх лет (2,5-3,5 года).

В этом возрасте у ребёнка начинает развиваться важнейший инструмент сознания — воля. Позже она превратится в упорство при достижении целей, настойчивость, уверенность в себе, способность обучаться и доводить дело до конца.

Смысл любого возрастного кризиса прост и понятен; не хочу по-старому, но еще не могу по-новому. Это общая черта всех без исключения возрастных кризисов.

Итак, выделяют основные симптомы кризиса 3-х лет:

1 Негативизм.
2 Упрямство.
3 Протест.
4 Своенравие, стремление к самостоятельности.
5 Обесценивание.
6 Деспотизм (в семьях с одним ребёнком.)
7 Ревность (в семьях с несколькими детьми).

Как реагировать и что делать родителям?

Разрешайте ребёнку быть самостоятельным, где это возможно. Уступайте в мелочах: пусть что-то решает сам, смелее пробует. Помните: лучше показать, как исправить ошибку, чем не позволить допустить её.

Родителям стоит научиться переключать внимание ребёнка. Если вы предполагаете поехать в гости к бабушке и ожидаете, что это предложение ребёнок встретит отрицательно, то предложите ребёнку выбрать наряд, в котором он поедет. В результате внимание ребёнка будет сконцентрировано не на решении, ехать к бабушке, или нет, а на выборе наряда, в котором он поедет.

Хвалите. Отмечайте любые успехи малыша, рассказывайте о них другим взрослым в его присутствии. Пусть он слышит, что может гордиться собой, и видит, как им гордитесь вы. Не унижайте ребёнка обсуждением его недостатков, особенно в третьем лице — это очень ранит его, вешает ярлык и опять же выводит из статуса действующего лица.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребёнка. Во время истерики не стоит удовлетворять требование ребёнка (иначе такое поведение ребёнок будет демонстрировать всё чаще и по меньшим поводам). Если начать ругать ребёнка во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребёнка на что-то другое и не замечайте его истерик. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.

Режим дня полезен для структурирования жизни ребёнка. Он помогает формировать волю, которая так нужна для овладения своим поведением.

Учите заботе. Делайте это ненавязчиво, без перегибов. Дайте ребёнку посильную роль взрослого, например, по отношению к игрушке: это не вы ведёте малыша на прогулку — это он выгуливает свою плюшевую собаку. Совсем большой!

Любите ребёнка. Осознание, что тебя любят каким угодно — и сердитым, и радостным, и непослушным, — бесценно. А опыт отвержения, родительской агрессии разрушителен. Помните, что любить — это не то же самое, что поощрять, и наоборот.

Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и бесконечное терпение. Не позволяйте гневу овладевать вами. Гнев лишает человека разума. Преодолейте его один раз, и в следующий вам уже легче будет сдержать его, а потом и вовсе в душе поселится только сочувствие и желание помочь своему малышу в трудный период его жизни.

На этапе кризиса трех лет важно поймать золотую серединку между вседозволенностью и тотальным запрещением всего.

Помочь справиться с кризисом трех лет и направить воспитание малыша в нужное русло помогут сюжетные игры.

1) **Игра в магазин**. Ребенку отведите роль продавца, а родители или старшие дети – покупатели. Когда малыш продает что-нибудь, ему тяжело

расставаться с вещью, отдавать кому-то свое. Со временем он поймет, что вещь ему вернут назад, и будет просить поиграть с ним в эту игру еще раз. Если ваш ребенок часто устраивает истерики в супермаркетах, отправьте к нему в магазин куклу-маму и куклу-дочку. Пусть дочка устроит скандал, успокаивайте бунтующую куклу вместе с малышом.

2) **Придумайте малышу «очень важное дело»** – готовку еды для кукол, постройку дома. Пусть малыш проявляет свою самостоятельность в игре, не стоит прерывать его своими советами.

3) **Посадите за стол любимого игрушечного друга малыша**. Пусть он постоянно ведет себя неправильно. Вместе воспитывайте из него приличного ребенка. Уложите его спать. Возьмите с собой на прогулку. Вместе разбирайте поведение шалуна – что он делает неправильно и почему так делать не надо. Пусть малыш учится отличать хорошее поведение от плохого. Беря на себя роль «воспитателя» в игре, малыш и в жизни будет вести себя соответствующе.

4) **Вместе с ребенком делайте различные игрушки и поделки своими руками**. Этот творческий процесс позволит стать малышу более усидчивым.