

## **Кризис 3 лет у детей.**



Что делать родителям? Упрямство, протесты, истерики и своеволие - частые проявления кризиса 3 лет у детей. Еще вчера милый и послушный, малыш вдруг превращается в тирана, устраивающего истерики по любому поводу. Как реагировать и что делать родителям? Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми. Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Яркая выраженная особенность данного периода - кризис трех лет.

У малышей он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие. Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу. Нередко такое поведение ребенка застает родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

### **Как реагировать родителям?**

Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе? В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. Это не приведет ни к чему хорошему. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже нельзя. Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое. Например, предложить почитать ему любимую книжку или вместе поиграть в какую-нибудь игру. Конечно, если ребенок уже достиг пика истерики, это не сработает. В этом случае приступ детского гнева нужно просто переждать.

Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. Оставайтесь спокойны, как бы трудно это ни было. После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется. Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место. Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?».

### **Помогите ребенку справиться с кризисом.**

Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышек за хорошее поведение и поощрять самостоятельность «Катюша молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет», расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Катюша такая умница – сама днем спать легла». Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя. Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет – очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность. Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на, казалось бы, простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь кризис 3 лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка. Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!





## Как запретить, любя?

Все мы очень любим своих детей и не хотим играть роль «злой мамы» или «злого папы». Но воспитание ребенка требует наложения некоторых запретов и проявления твердости. В первую очередь это ограничения связанные с безопасностью ребенка и с правилами поведения в обществе. Как запретить ребенку, не потеряв при этом его уважения, доверия и дружбы?

### Несколько правил, как правильно запрещать ребенку:

1. Сохраняйте спокойствие. Крики и ругань вызывают у ребенка стресс, и он уже не в состоянии понять, что же он сделал неправильно. Ваши «взрывы» из-за непослушания, скорее всего, приведут к обратному эффекту – чувству протеста и желанию малыша настоять на своем. В большинстве случаев раздражительность родителей воспринимается детьми не как результат собственных проступков, а как проявление плохого настроения взрослого (и, в общем-то, так оно и есть).
2. Объясните, почему нельзя. Ребенок 3 лет уже в состоянии понять причины большинства запретов. «Ножик нельзя трогать, потому что ты можешь порезаться, и тебе будет очень больно». «Нельзя наступать в лужу, потому что ножки промокнут, и ты можешь заболеть».
3. Будьте последовательны. Если один день вы требуете, чтобы ребенок обязательно почистил зубы перед сном, а на следующий день вам лень и вы сами «забываете» об этом правиле, вы даете ребенку понять, что это требование выполнять не обязательно. И чтобы вы ни говорили в дальнейшем, ваши слова будут менее убедительны, чем поступки.
4. Будьте солидарны. Если папа запрещает что-то, то и мама с бабушкой не должны этого разрешать. Когда у родителей возникают разногласия, решать их они должны между собой, а не с ребенком. В случае отмены запрета будет лучше, если ограничения снимет тот же взрослый, который их ввел. Иначе ребенок будет считать, что мама запрещает есть много сладкого не потому, что это вредно для здоровья, а потому, что она «злая», а бабушка добрая, поэтому и разрешает.
5. Не запрещайте то, что можно не запрещать. Ничего ужасного не случится, если ребенок пошумит, побегаёт или испачкается, играя во дворе. 3-летний малыш не может целыми днями сидеть на диванчике вместе с бабушкой. В случае, если для запретов есть объективные причины (уже поздно и шум мешает соседям), предложите ребенку интересную альтернативу. Помните, что чем меньше ограничений в жизни ребенка, тем строже они соблюдаются.



## Игрушки для ребенка трех лет.

Обычно к трем годам в доме, где живет трехлетний малыш, скапливаются горы плюшевых созданий, которые были подарены заботливыми родственниками. Я предлагаю корректировать их покупки, деликатно намекая, чего у ребенка еще нет. Конечно же, я не против мишек, кукол и огромных плюшевых мышей, но все должно быть в меру. Какие же игрушки нужны для развития трехлетнего ребенка? Конструктор. Неважно, выберете ли вы ребенку конструктор по типу «Лего» или панельный конструктор, он оценит любой. Не думайте, что девочка не оценит конструктор – из него так интересно строить домики для кукол, создавать необычные машинки. Помните металлические перфорированные конструкторы из прошлого? Сейчас их тоже можно найти в магазине. Плюсов много: масса сюжетных игр, развитие моторики, воображения. Минус один: все детали конструктора нужно постоянно держать в поле зрения, они постоянно теряются под кроватями и коврами. Мозаика тоже прекрасно развивает моторику рук и воображение. Кстати, вместо мозаики можно использовать и обычные пуговицы, желуди, каштаны, листики и прочие интересные предметы. Из них так интересно творить произведения искусства! Книжки тоже растут вместе с ребенком. Наверняка малышу понравятся книжки – пазлы. Книжки – раскраски помогут справиться с творческим вдохновением малыша. Кроме того, в магазинах появились замечательные книжки с заданиями, которые помогают малышу выучить цвета, формы предметов и многие другие интересные явления из нашей жизни. Если вы постоянно читаете ребенку книжки, наверняка он обрадуется такому подарку. Кубики, и не только кубики Зайцева. На кубиках могут быть изображены звери, живая природа – все, о чем можно поговорить. Из кубиков так замечательно строить что-нибудь, создавать из них слова, а из картинок можно сочинять целые истории. Музыкальные игрушки: музыкальные инструменты и синтезаторы. Чтобы игра на инструментах не превратилась в какофонию, поиграйте с ребенком в музыкальный оркестр. Синтезатор – отличный помощник малыша в освоении навыков пения и нотной грамоты. Именно в три года самое время этому поучиться. Кстати, в качестве музыкальных инструментов можно использовать и подручные средства – посуду, ложки и прочие предметы. Лото, домино, настольные «бродилки». Их можно использовать как по назначению, так и создавать свои необычные игры. Предметы быта, наборы инструментов, машинки. Вопреки бытующему мнению, совсем не стоит покупать машинки только мальчикам, а посудку – только для девочек. Захотел мальчик посудку – пусть готовит себе на здоровье. А вдруг в нем растет будущий владелец ресторана? Ребенок должен быть развит всесторонне, и игрушки должны этому способствовать. Помните, что главные качества игрушки – прочность, простота и безопасность. И совсем не важно, будет ли игрушка дорогой или дешевой. Малыш сможет увидеть игрушку в обычном кусочке проволоки или в деревянной катушке, покажите малышу эти чудесные превращения. Ребенок должен понять, что его окружает море игрушек, которые гораздо реальнее и интереснее виртуальных игр.