

КОНСУЛЬТАЦИЯ  
"КРИЗИС 3 ЛЕТ:  
КАК БЫТЬ И ЧТО ДЕЛАТЬ?"



## ЭТО СТРАШНОЕ СЛОВО – «КРИЗИС»

Вот и остались позади бессонные ночи, бесконечные укачивания и тревоги по поводу здоровья малыша. К великому счастью, он самостоятельно кушает, ходит, бегают и уже задает массу вопросов. Смешные истории, высказывания детей родители незамедлительно стараются запечатлеть. Веселые прогулки по парку, посиделки в кафе или краткосрочные экскурсии – это все могут позволить себе родители детей трех лет.

Но наступает другой этап, не менее сложный – период детского кризиса 3 лет и как вести себя родителям сейчас, чтобы как можно быстрее пережить эти испытания?

Возрастные кризисы – это неизбежная стадия развития и взросления ребёнка. Это своего рода переломные моменты, во время которых происходит переоценка всех прежних ценностей, переосмысление своего Я и отношений с окружающими. Одним из таких моментов является кризис 3 лет.



## Основные симптомы кризиса трех лет

Негативизм. При негативизме дети отказываются делать даже то, что хотят делать (т.е. им важно сделать именно наперекор тому, что требует взрослый).

Упрямство. Это такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем либо не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он это потребовал.

Протест. Ребенок бунтует против норм воспитания, установленных для ребенка.

Своенравие, стремление к самостоятельности.

Обесценивание. В лексиконе ребенка появляются слова, которые обозначают все плохое, отрицательное. В этот период дети могут начать грубить тем взрослым, которых до этого очень уважали.

Деспотизм. Ребенок может требовать, чтобы мама не ходила на улицу, а сидела дома, как он сказал.

Ревность. Ревность проявляется по отношению к братьям и сестрам.



## Что делать при кризисе трех лет?

Предоставьте ребенку самостоятельность. Предусматривайте в своем расписании запас времени на самостоятельные попытки ребенка сделать то, что вы собирались сделать сами. Если ребенок пытается начать делать то, что ему пока не под силу, помогите ему. Научившись выполнять что-то в сотрудничестве со взрослым, вскоре он это сможет делать самостоятельно. Периодически просите малыша вам в чем-нибудь помочь.

Стоит научиться переключать внимание ребенка. Например, если вы хотите пойти с ребенком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Ребенок, естественно вам возразит и скажет: «Нет! Пойдем гулять!».

Полезен режим дня, он помогает формировать волю, которая так нужна ребенку для овладения своим поведением.

Не забывайте про творчество – больше рисуйте с ребенком, лепите из пластилина, вместе делайте поделки, играйте. Творчество очень хорошо помогает справиться с эмоциями.

Не акцентируйте внимание на капризах и истериках. Во время истерики не стоит удовлетворять требование ребенка (иначе такое поведение он будет демонстрировать все чаще и по меньшим поводам). Если начать ругать его во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребенка на что-то другое и не замечайте его истерик.

Ведите себя с малышом как с равным вам человеком. Благодарите его за помощь. Спрашивайте разрешение, когда хотите взять его игрушку. Уважайте личность ребенка. Запаситесь терпением.

Любите ребенка не за что-то, а просто так. Любите его всегда. Пусть он это знает и видит.