

КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ **(Памятка для родителей)**

Третий год жизни ребёнка... Кажется, совсем недавно перед вами лежало маленькое беспомощное существо. Теперь ваш ребёнок многое умеет: он ходит, говорит, играет, задаёт вопросы, рассуждает, мечтает и, конечно же, борется за свою самостоятельность. Конец раннего возраста – ещё один трудный период в совместной жизни ребёнка и взрослого.

На новом витке (в период от 2 лет 6 месяцев до 3 лет 6 месяцев) наступает повторяется критическая ситуация, которая в научной литературе обозначается специальными терминами: «возраст упрямства, строптивости», «кризис 3 лет».

Семизвездие кризиса трех лет.

Негативизм. Ребенок негативно относится к любой просьбе взрослого, даже если он сам этого хочет

Упрямство. Настаивает на своем и ему важно добиться этого во чтобы то не стало.

Строптивость. Непослушание в мелочах и в серьезных делах.

Своеволие. Стремление все делать самостоятельно, даже если детских возможностей пока недостаточно.

Протест-бунт. Ребенок начинает активно бунтовать даже против того, что раньше выполнялось им без возражений

Обесценивание. Ребенок может бить и ломать, все, что ему было дорого, может бить и обзывать родителей

Деспотизм. Хочет, чтобы все происходило так, как он сказал.

Причины

К трем годам заканчивается этап «слияния» ребенка с матерью, у малыша резко возрастает *стремление к самостоятельности и независимости.*

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Терпение и мудрость! Малыш проходит важный этап взросления. Помогите ему сделать это благополучно
- Спокойствие, только спокойствие! Контролируйте свои эмоциональные реакции на протестное поведение
- Научите ребенка правильно выражать свои эмоции приемлемыми способами (потопать ногами, похлопать руками, постучать по столу и т.п.)
- Четко и конкретно формулируйте требования и ожидания к поведению ребенка. Проверяйте, правильно ли он их понял
- Уважайте стремление ребенка к самостоятельности

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

<p>Уходи злость, уходи!</p> <p>Предложите ребенку небольшую подушку, которую он сможет бить, пинать, когда почувствует себя сильно рассерженным. После того, как ему удастся таким безобидным способом, можно перейти к другим средствам решения проблемы. Упражнение снимает психоэмоциональное напряжение</p>
<p>Пыхтелка</p> <p>Это веселое упражнение можно выполнять, когда ребенок рассержен и плачет. Сделайте глубокий вдох и на выдохе произносите «пых-пых-пых» столько раз, сколько успеете за один выдох</p>
<p>Игрушечный друг</p> <p>Посадите на стул любимую игрушку малыша – игрушечного друга. Пусть ребенок ведет себя неправильно. Вместе с малышом воспитывайте из него «приличного ребенка». Вместе разбирайте, что он делает неправильно и почему так делает. Беря на себя роль «воспитателя» в игре, ребенок и в жизни начнет себя вести соответственно.</p>
<p>Магазин</p> <p>Ребенок – продавец, родители – покупатели. Когда ребенок продает что-то, пусть он расстается с вещью, отдавать кому-то свое. Со временем он понимает, что такое ответственность. Если ребенок часто устраивает истерики в супермаркетах, то пусть к нему придет кукла-мама и кукла-дочка. Пусть кукла-дочка устроит скандал, а мама с малышом успокоит ее.</p>
<p>Сверхспособности</p> <p>Когда ребенок говорит: «Немогу! Помогите!», предложите ему поиграть в супергероя. «Сейчас я тебя превращу в супермена. Только выпей сок (съешь ягоду и т.п.) и получишь сверхспособности? Умеешь переносить предметы. А у тебя – скорость? Или ты можешь быстро одеться (покушать и т.п.)»</p>