



Кризис трех лет.

Характерен для детей 2,5-3,5 лет.

Признаки кризиса:

- 1. «Я сам» (своеволие);***
- 2. Негативизм («Не черное, а белое»);***
- 3. Упрямство;***
- 4. Протест-бунт;***
- 5. Симптомы обесценивания родителей («Мама дура»);***
- 6. Деспотизм.***

В этот период, под влиянием возрастающей самостоятельности, ребенок начинает осознавать свое «Я». Если вы видите все признаки кризиса у своего ребенка, значит ваш ребенок развивается в соответствии с возрастом. В этот период важно принять комплекс мер, для того чтобы ваши отношения были более гармоничными.

Что делать?

- 1. Предоставлять самостоятельность.*** Пусть посильные дела делает сам (например : ребенок должен всегда наливать воду питомцу);
- 2. Понять, что кризис длится несколько месяцев и скоро пройдет*** (6-12 месяцев);
- 3. Переключать внимание.***
- 4. Набраться терпения,*** т.к. запреты он поймет не с первого раза;
- 5. Негативизм использовать в своих целях*** (например : если хотите сходить с ребенком погулять, намеренно просите посидеть дома)
- 6. Поощрять инициативу;***
- 7. Не обращать внимание на истерику,*** заниматься своим делом;
- 8. Прежде чем менять ребенка измените себя;***
- 9. Просите у ребенка помощи,*** он с удовольствием поможет;
- 10. Творчество помогает справиться с эмоциями*** (лепка, рисование);

11. **Режим дня** помогает формировать волю, которая необходима, чтобы управлять своим поведением;
12. **Ведите себя, как с равными** (присесть и говорить , как со взрослым на уровне глаз ребенка);
13. **Объясняйте чувства и эмоции ребенка** («Ты сейчас заплакал потому, что тебе больно»);
14. **Признавайте право на совершение ошибок** (пусть учится на своих ошибках);
15. **Если начал истерику в людном месте, тихо перенести в безлюдное;**
16. **Если не хочет идти через дорогу, просите у ребенка помощи перевести вас. Ведь ему важно ощутить себя взрослым и самостоятельным!**
17. **Вместо вопроса «Ты будешь есть?», задайте «Что ты будешь кашу или творог ?(вопрос должен представлять несколько вариантов ответа);**
18. Можно предложить кормить любимого мишку, если ребенок отказывается есть, либо выгуливать любимую игрушку, если не желает гулять;
19. **Укрепляйте границы дозволенного.** Ребенок точно должен знать, что можно, а что никогда нельзя;
20. **Придумывайте сказки на «злобу дня»,** где герой испытывает те же трудности, но их решает (например: «Жила-была девочка, похожая на тебя...)



Педагог-психолог Платонова Н.В.