

# Кризис 3 лет. Рекомендации родителям

## Симптомы кризиса 3 лет

1. **Негативизм** – малыш противоречит сам себе, доводя до абсурда ситуацию. Главная причина такого поведения – указания исходят от родителей, а ребенок не желает им подчиняться, ведь он сам уже взрослый, только не умеет своей взрослостью управлять и грамотно направлять ее в правильное русло. Отсюда и постоянные «нет» на любые просьбы и предложения старших.

2. **Упрямство** (нельзя сравнивать с настойчивостью). Упрямится ребенок потому, что хочет так делать вопреки воле родителей, и чем больше они настаивают на своем, тем сильнее сопротивляется малыш.

3. **Своенравность** – это стремление маленькой личности к самостоятельности, несмотря ни на что. Ребенок делает только то, что сам считает нужным и это «Сам» проявляется во всех его действиях, даже тогда, когда малыш явно не справится без помощи взрослых.

4. **Протест** – малыш протестует против всего, что пытаются привить ему родители, воспитательный процесс начинает тормозиться, ведь ребенок не желает слышать разумных доводов.

5. **Ревность** – это способ проявления взрослости, когда ребенок не один в семье. Он хочет подчинить детей своей воле, наподобие родителей, но проявляет это через ревностное отношение к ним.

6. **Деспотизм** – ребенок считает себя центром вселенной и хочет беспрекословного подчинения. Бессмысленно доказывать свою правоту, а лучше постараться решать все вопросы мирным путем.

## Рекомендации родителям

### ➤ *Не пытайтесь переделывать ребенка, воспитывать его и ломать под себя*

Не стоит как наказывать ребенка, так и поощрять его поведение. Во время истерики попытайтесь переключить внимание упрямца на что-то другое, а если не получается — просто переждите. Но когда ребенок успокоится, обязательно проговорите с ним о случившемся, объясните, что любите его по-прежнему, но такое поведение вас очень расстроило и в обществе оно недопустимо.

### ➤ *Предоставьте ребенку возможность выбора*

Разрешите ему самому принимать решения. Не принуждайте съесть кашу и бутерброд, спросите: «Ты будешь кашу или бутерброд?» Если вы идете по делам, оставьте ребенку возможность поучаствовать в определении маршрута: «Мы сначала зайдём в магазин или в аптеку?»

Иногда можно сыграть и на противоречии: если вам срочно нужно собрать ребенка в детский сад, а он отказывается одеваться, скажите, что в сад вы сегодня не пойдёте. Ребенок из упрямства начнет кричать: «Нет, пойдём!» Воспользуйтесь этим, но подчеркните, что сегодня вы выполняете его просьбу, а завтра он будет выполнять вашу.

### ➤ *Помогите ребенку принять себя*

Ребенок должен поверить, что он хороший, несмотря на временные трудности с поведением. Хвалите ребенка, если он выполнил ваши поручения, подчеркивайте, что он послушный и у него все отлично получается.

### ➤ *Обратитесь к специалистам*

Если вы не справляетесь с ситуацией, становитесь раздражительным, агрессивным или, наоборот, у вас опускаются руки, вам поможет наука психология. Психолог подскажет как правильно себя вести, откуда черпать спокойствие и силы, а также поработает с самим ребенком.