

Кризис 3-х лет у ребенка. Что делать?

Пресловутый кризис трех лет у ребенка наступает не с датой его рождения, а чуть раньше или позже в зависимости от степени зрелости психики, всегда заявляя о себе фразой: «Я сам!». Этим малыш ставит вас перед фактом, что он уже «не маленький» и с его мнением нужно считаться.

Некоторые родители пренебрегают проявлением самостоятельности ребенка, вызывая «огонь на себя». Малыш негодует, устраивает истерики, делает все наперекор, подвергая психику родителей нешуточным испытаниям.

Не понимая причин или не принимая перемен с ребенком, взрослые могут впадать в **2 крайности**: расписаться в своем бессилии, подчинившись прихотям маленького «монстра», или начать «давить» на малыша, заставляя беспрекословно подчиниться своей воле.

Оба варианта плохи для развития личности ребенка и дадут о себе знать со временем, в пубертатный период, абсолютной вседозволенностью, несамостоятельностью подростка, нарастанием непонимания и враждебности в отношениях с ним.

Как избежать подобного исхода? Постараться вникнуть в ситуацию взрослеющего малыша и прислушаться к рекомендациям, рассмотренным в этой статье.

С чем связан кризис трех лет у ребенка?

- **Осознание себя как отдельного человека.** Малыш уже не воспринимает маму и себя как единое целое и начинает активно интересоваться собой. Знакомиться с телом и своими возможностями («Я – мальчик, сам сумел»), формировать отношение к себе и представления как о человеке («Я хороший, я быстрый»), запоминать события своей жизни («Когда-то не умел, а теперь могу»).
- **Развитие чувственной и волевой сфер личности.** У ребенка складываются представления о мире на основе эмоций, которые малыш испытывает от контакта с ним. «Зарождается» характер («стержневые» черты личности, которые будут определять его поступки, отношение к себе и другим).
- **Переход от предметной к ролевой игре.** Важной становится не игрушка, а роль, выполняемая ребенком. Он подражает повадкам животного, манере поведения какого-то персонажа или взрослого («Я – пират», «Я – доктор»).
- **Изменение (расширение) круга близких людей и системы взаимодействия с ними.** Малыш идет в садик, где активно перенимает опыт у ребят и «чужих» взрослых. Обучается отношениям по правилам, которые дают ему и права, и обязанности.

Как помочь малышу взрослеть?

1. *Поощряйте его познание себя:* видение внешних различий (мальчик или девочка, младше или старше), опробование возможностей (прыжки) и умений (рисовать, лепить). Спрашивайте, какой он, чему хочет научиться или что узнать.
2. *Поддерживайте стремление к самостоятельности.* Дайте возможность сделать что-то самому и терпеливо ждите, когда попытка увенчается успехом. Не вышло – похвалите за пробу, скажите, что в следующий раз обязательно получится, и предложите помощь.
3. *Не выполняйте за него то, с чем он в силах справиться сам!* Возьмите себе за правило: «Не делать полностью, а доделывать». Малыш начинает – вы завершаете, если у него не получилось.
4. *Запрещайте и разрешайте с умом!* Если его требование не противоречит вашим принципам и не наносит вреда, то позвольте сделать так, как он хочет. Если что-то запрещаете, доходчиво объясните, почему этого делать нельзя. Потратьте на беседу столько времени, сколько нужно, чтобы он понял и согласился с вами.
5. *Хвалите проявления тех черт характера, которые хотите в нем видеть, и не поддерживайте противоположные.* Не потакайте истерикам ребенка, иначе они будут повторяться. Лучше переключите его внимание на что-нибудь интересное.
6. *Открывайте для малыша «большой мир».* Путешествуйте, ходите на мероприятия, беседуйте на различные темы. Спрашивайте мнение ребенка обо всем, чтобы убедиться, верно ли он истолковывает события, поступки и эмоции людей.
7. *Будьте сами достойным примером для подражания!*

