

**Консультация для родителей на тему:
«Этот сложный возраст. Кризис 3-х лет - к чему надо быть готовым»**

Чтобы кризис прошел благополучно, любите ребёнка

В жизни каждого ребёнка наступает момент, когда он вдруг из очаровательного карапуза превращается в самостоятельного и независимого человека. Как правило, эти изменения происходят примерно в 3 года. Психологи называют этот сложный период «кризисом 3-х лет».

В 3 года дети сравнивают себя со взрослыми и хотят во всем быть похожими на них. Они хотят от родителей признания своей независимости и самостоятельности. Ребёнок хочет, чтобы с ним советовались и учитывали его мнение, он уже сегодня, сейчас хочет быть взрослым: «Я сам!».

Взросшие потребности ребёнка не могут быть удовлетворены прежним образом жизни. Возникают противоречия между возможностями и желаниями ребёнка. Кризис сопровождается массой позитивных и негативных изменений в детском организме. Однако следует помнить, что все трудности носят временный переходящий характер. В этот период происходит физиологическая и биологическая перестройка организма, в результате чего у детей наблюдается: повышенная чувствительность мозга к воздействию окружающей среды. Снижение адаптационно-компенсаторных возможностей детского организма (подверженность заболеваниям, особенно нервно-психологическим).

Взрослым важно вовремя запомнить это и понять, что необходимо менять свои отношения с ребёнком, тогда этот переходный период может пройти гладко и безболезненно. Но если родители не осознают, что ребёнок находится на новом этапе и прежние методы общения с ним уже не актуальны, то ребёнок может превратиться в совершенно неуправляемого упряма, главной задачей которого будет противоречие окружающим и капризы.

Ребёнок постоянно развивается, а всякому процессу развития (помимо медленных, постепенных перемен) свойственны скачкообразные переходы – кризисы. Они необходимы, это - движущая сила развития.

Как НАДО вести себя родителям ребёнка в период кризиса 3 лет

Запомните, что малыш страдает от кризиса сам. Кризис 3 лет – это важный этап в психическом развитии ребёнка, знаменующий переход на новую ступеньку детства. Поэтому, если вы увидели, что ваш ребенок очень резко изменился, и не в лучшую сторону, постарайтесь выработать правильную линию поведения, станьте более гибкими в воспитательных мероприятиях,

расширяйте права и обязанности малыша и в пределах разумного дайте ему большую самостоятельность, чтобы он мог наслаждаться ею.

Знайте, что ребёнок не просто не соглашается с вами, он испытывает ваш характер и находит в нём слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, найдите выход в игре, которая с 3 лет становится ведущей деятельностью ребёнка.

Для нормального развития желательно во время кризиса 3 лет, чтобы ребёнок ощущал, что все в доме знают, что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ и друг.

Как НЕ НАДО вести себя родителям ребёнка в период кризиса 3 лет

- Не надо постоянно ругать и наказывать ребёнка за все неприятные для вас проявления его самостоятельности.
- Не надо говорить «да», когда необходимо твёрдое «нет».
- Не надо пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребёнка может повыситься чувство ответственности.
- Не надо приучать малыша к лёгким победам, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него станет трагедией. И в то же время не подчёркивайте свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всём – это чуть позже приведёт или к безразличию ко всему, или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.

Как любить своего ребёнка

- Уметь слушать своего ребёнка всегда и везде отдаваясь этому слушанию целиком и полностью, не перебивая ребёнка, не отмахиваясь от него, проявляя терпение и такт.
- Уметь говорить со своим ребёнком так, как бы вам хотелось, чтобы говорили с вами, проявляя мягкость, уважительность, исключая назидательность, грубость и хамство.
- Наказывать, не унижая, а сохраняя достоинство ребёнка, вселяя надежду на исправление.
- Достичь успехов в воспитании можно лишь тогда, когда родители – пример для подражания каждый день.
- Признавать свои ошибки, просить прощения за неправильные действия и поступки, быть справедливым в оценке себя и других.