**Кризис Трёх лет.**

Кризис 3 лет – граница между ранним и дошкольным детством – один из наиболее трудных моментов в жизни ребёнка. Это кризис выделения своего «я». Ребёнок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые более глубокие отношения. У ребёнка появляется первичная самооценка – осознание не только своего «я», но и того, что «я-хороший», «я-очень хороший», «я хороший и больше никакой». Самостоятельность, активность возрастают, это требует от близких своевременной перестройки. Если новые отношения с ребёнком не складываются, инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребёнка возникают кризисные явления.

**7 характеристик кризиса 3х лет:**

**Негативизм**. Ребёнок даёт кризисную реакцию на требования и просьбу взрослого. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определённый взрослый человек. Негативизм избирателен: ребёнок отказывается выполнять просьбы определённых людей, например, только мамы или папы, с остальными окружающими может быть послушен. Главный мотив действия – сделать наоборот. т.е. прямо противоположное тому, что ему сказали.

Совет: не давите на ребёнка, не разговаривайте в приказном тоне. Если вы видите, что ребёнок сопротивляется из-за негативизма, дайте ему отойти от бури эмоций.

**Упрямство**. Это реакция ребёнка, который настаивает не потому, что ему очень хочется, а потому, что он сам сказал об этом взрослым и требует, чтобы с его мнением считались. Упрямство - не настойчивость, с которой ребёнок добивается желаемого. Упрямый ребёнок настаивает на том, что ему не так уж сильно хочется, или совсем не хочется, или давно расхотелось. Зачастую родители используют метод «кто кого переупрямит», тем самым усугубляя и закрепляя проявления упрямства и загоняя ребёнка в «угол», лишая возможности выйти с достоинством из конфликтной ситуации.

Совет: не пытайтесь самоутвердиться в противоборстве с малышом. Силы не равны.

**Строптивость** направленна не против конкретного человека, а против сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания. Это протест против самого образа жизни. Ребёнок стремится настоять на своих желаниях и недоволен всем, что ему предлагают и делают другие.

Совет: отвлеките его от того, что стало камнем преткновения, и через пять минут ребёнок неожиданно согласиться с вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

**Своеволие** - яркое **проявление тенденции к самостоятельности**: ребёнок хочет всё делать и решать сам, даже если не умеет. Это вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

Совет: *позвольте ребёнку быть самостоятельным, где это возможно***.** Уступайте в мелочах: пусть что-то решает сам, смелее пробует. **Помните: лучше показать, как исправить ошибку, чем не позволить допустить её, иначе обучение не состоится**.

У некоторых детей конфликты с родителями становятся регулярными, он как бы постоянно находятся в состоянии войны со взрослыми. В этих случаях говорят **о протесте-бунте**.

**Деспотизм.** Может проявиться в семье с единственным ребёнком. Ребёнок жестко проявляет свою власть над окружающими взрослыми, диктуя что он будет есть, а что не будет, может мама уйти из дома или нет и т.д. если в семье несколько детей, вместо деспотизма обычно возникает ревность: та же тенденция к власти выступает как источник ревнивого, нетерпеливого отношения к другим детям, которые не имеют почти никаких прав в семье, с точки зрения юного деспота.

Совет: будьте спокойны, доброжелательны, но тверды в моменты, когда вы уверены в своей правоте.

**Обесценивание**. В глазах ребёнка обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого. Теряются старые привязанности ребёнка к людям, правилам поведения, вещам. Ребёнок может начать употреблять бранные слова, которые до сих пор не принято было произносить дома. Иногда малыши могут позволять себе обзывать любимых бабушек и мам. Теряется ценность недавно обожаемых игрушек. Неожиданно он начинает их бросать, ломать, давать им негативные названия.

Совет: существует множество развивающих занятий для ребёнка. Запишите малыша в секцию, вместе займитесь лепкой, рисованием или сборкой конструктора.

Не нужно думать, что все эти черты обязательно расцветут во всей красе у вашего трёхлетки.

**Помните! Кризис трёх лет – это бунт против родителей, которые ведут себя авторитарно, сопротивление нормам и опеке, которые устарели, - ведь ребёнок вырос! Это протест малыша, который хочет самостоятельности и требует возможности для проявления своего «Я».**

**Ошибки в воспитании**

**Гиперопека и авторитарность**

Как две стороны одной медали, они дают одинаковый результат: авторитарный или [гиперопекающий родитель](https://media.foxford.ru/articles/giperopeka-nad-rebenkom) — идеальная мишень для бунта.

С такими взрослыми дети тренируют самооценку «от противного»: чем важнее родителю доказать, что он лучше знает, как правильно и что ребёнку сейчас нужно, тем сильнее малыш протестует в ответ.

*Ребёнок не хочет быть объектом ни воспитания, ни заботы. Он хочет быть действующим лицом и будет добиваться этого методами, которые перенял от своих родителей: это может быть крик, непрошибаемое «потому что я так сказал» и запреты.*

Конечно, слышать это из уст малыша может быть смешно или как-то по-особенному раздражающе. Однако очень важно понимать, что сейчас ребёнок не издевается, не манипулирует и не проявляет патологическую агрессию. Просто он пытается выйти в лидерскую позицию и делает это единственным известным ему образом. Это отличный повод поискать вместе с ребёнком другие способы стать заметным и достичь своих целей. В первую очередь это важно и для самого родителя.

Самый худший вариант в такой ситуации — сломить волю ребёнка, доказывая ему, кто здесь главный. Потому что главные всегда **здравый смысл и уважение друг к другу**.

*Подавленный кризис трёх лет — это бомба замедленного действия для будущей способности человека проявлять волевые качества, добиваться своего и не пасть жертвой обстоятельств. Воля к жизни — это прививка от зависимостей, токсичных отношений и нереализованности: не лишайте ребёнка права тренировать и взращивать её.*

**Вседозволенность**

При всём желании ощущать себя взрослым ребёнок всё ещё не самостоятелен. Абсолютная свобода, отсутствие правил в семье, общение с ребёнком по-приятельски — это перекладывание ответственности с родителя на малыша и бесконечные источники его тревог.

*В этом возрасте ребёнку как никогда нужен взрослый, который не оставляет его в сильных чувствах, не предлагает принимать важные решения и нести за них ответственность. Малышу необходим человек, который твёрдой рукой сможет провести его через кризис и обучить тому, как всё работает в большом мире.*

Вы же не отпускаете ребёнка кататься на велосипеде по автостраде, верно? Вы обучаете его от малого к большему: владеть транспортом (собой) и двигаться в нужном направлении, следуя правилам дорожного движения (общественным нормам). Пока ребёнок не повзрослеет, вы полностью отвечаете за его действия.

**Непоследовательность или несогласованность**

Ребёнок ждёт чётких ориентиров на взрослость и ясной системы, что в вашей семье хорошо, а что плохо, как здесь принято и не принято делать. Он понимает, когда правила условны: если в них есть исключения, он будет следовать им — ведь это некая привилегия.

Не путайте ребёнка и не нагружайте его тысячей запретов, которые при желании можно сломить. Нельзя часто менять договорённости и выяснять их с другими родственниками при ребёнке. Лучше всей семьёй проговорите, что принципиально важно, что делается из соображений безопасности, а что обусловлено традициями.

**Как пережить кризис трёх лет: советы родителям**

**Разрешайте ребёнку быть самостоятельным, где это возможно.** Уступайте в мелочах: пусть что-то решает сам, смелее пробует. Помните: лучше показать, как исправить ошибку, чем не позволить допустить её, иначе обучение не состоится.

**Предоставляйте выбор.** Он может быть очень смешным для вас, но критически важным для ребёнка: *«С какой ноги будешь надевать штаны*—*с левой или правой?»* Это сработает гораздо эффективнее авторитарного «Одевайся!».

**Хвалите.** Отмечайте любые успехи малыша, рассказывайте о них другим взрослым в его присутствии. Пусть он слышит, что может гордиться собой, и видит, как им гордитесь вы. Не унижайте ребёнка обсуждением его недостатков, особенно в третьем лице — это очень ранит его, вешает ярлык и опять же выводит из статуса действующего лица.

**Играйте.** Самыми понятными формами взаимодействия для ребёнка остаются игра, песенка, потешки. Они ведут ребёнка за собой и позволяют прожить чувства или переключить их.

**Учите заботе.**Делайте это ненавязчиво, без перегибов. Дайте ребёнку посильную роль взрослого, например, по отношению к игрушке: это не вы ведёте малыша на прогулку — это он выгуливает свою плюшевую собаку. Совсем большой!

**Берите паузы.** Когда ребёнка или вас захлёстывают чувства, отложите решение проблем. Проживите их вместе: побегайте, подурачьтесь, порвите старые газеты — в общем, переключитесь и уже после обсудите ситуацию. Выделите время на эмоции и сброс напряжения. Отыграйте неприятные моменты на игрушках. В этом возрасте очень хорошо работают терапевтические сказки. Сейчас их можно найти практически на любой случай.

**Учите коммуникации.** Показывайте ребёнку, как надо решать конфликты. Малыш с этого возраста способен сам в некоторой степени регулировать [отношения с другими детьми](https://media.foxford.ru/articles/kak-nauchit-rebenka-obshchatsya). Обучайте фразам и действиям, которые помогут договориться. Ярко оценивайте успехи ребёнка в коммуникации. Показывайте, что именно так можно получить желаемое или нового друга.

**Любите ребёнка.** Осознание, что тебя любят каким угодно — и сердитым, и радостным, и непослушным, — бесценно. А опыт отвержения, родительской агрессии и пустого морализаторства разрушителен. Помните, что любить — это не то же самое, что поощрять, и наоборот.

‍**Заботьтесь о себе.** Самая большая наука в родительстве — это поддерживать себя в ресурсном состоянии, хорошо спать и питаться, выделять время для отдыха, личных дел и хобби. Это необходимо, чтобы иметь возможность помочь ребёнку адекватным образом и чтобы ребёнок видел, как нужно о себе заботиться. Важно поставить себя в приоритет, чтобы оставаться безопасным, надёжным взрослым, не разрушиться от «мама, ты плохая, я тебя не люблю» и иметь силы для уважения этого большого маленького человека.