**Кризис трех лет**

Яркий кризис детства наступает по достижении ребенка трех лет. Родителей застает врасплох тот факт, что еще вчера малыш был нежным и послушным, но так быстро превратился в маленького капризулю, с которым просто невозможно договориться. Маленький тиран начинает упрямиться и совершенно не воспринимает те вещи, которые еще вчера не были проблемными. «Кризис трех лет» – так называют психологи подобное поведение малютки. Чтобы понять, что
происходит с малышом в возрасте трех лет, нужно сначала осмыслить симптомы.

Симптомы кризиса трех лет вполне типичны, и похожим образом проявляются у всех детей. К основным симптомам относятся:

* постоянные отрицательные ответы на просьбы взрослых («Не пойду туда», «Не хочу это есть», «Не буду играть», «Не скажу») и соответствующее поведение (мама просит подойти – малыш наоборот убегает, папа просит сложить игрушки – он их разбрасывает и т.д.)
* раздражение и злость, когда что-то не получается или что-то не нравится
* проявления агрессивности по отношению к родителям и всем окружающим людям, в том числе ровесникам ([малыш кусается](http://love-mother.ru/kak-otuchit-rebenka-kusatsya.html), царапается, дерется, обзывается)
* частое состояние подавленности у малыша, слезы и капризы
* [появление у ребенка различных страхов](http://love-mother.ru/kak-borotsya-s-detskimi-strahami.html) (темноты, одиночества, животных, в редких случаях даже смерти)

Кризис трех лет – это абсолютно нормальное явление, которое не является психическим отклонением и требует вмешательства психолога лишь в очень редких случаях.

Советы родителям:

1) Обращаясь к ребенку, формулируйте свои просьбы не в виде утверждения («Иди кушать»), а в виде вопроса («Ты кушать будешь?», «Ты кушать будешь сейчас или попозже?», «Ты будешь кушать рисовую кашку или гречневую?» в зависимости от ответа, который вы ожидаете услышать).

2) Ведите себя с малышом, как с равным. Спрашивайте разрешения взять его игрушку, обязательно говорите «Спасибо», если кроха оказал вам услугу. Так вы не только избежите негативизма и упрямства с его стороны, но и подадите малышу хороший пример для подражания.

3) Направляйте энергию ребенка в мирное русло, то есть предлагайте замену нежелательным поступкам малыша (так делать нельзя, а так можно), используйте игру для сглаживания кризисных моментов.

4) Уступайте ребенку в «мелочах», максимально расширьте его права, позвольте ему совершать ошибки, не вмешивайтесь в детские дела, если малыш об этом не просит. Но в том, что касается его здоровья и безопасности, а так же здоровья и безопасности других людей – будьте непреклонны – НЕТ, безо всяких исключений!

5) Если малыш стал сопротивляться вашему предложению из чувства негативизма, просто подождите несколько минут. Ему нужно немного времени, чтобы самому принять решение.

6) Если у ребенка, не смотря на ваши усилия, началась истерика. Спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Но не ждите, что малыш поймет вас так, как вам бы хотелось, даже если вам кажется, что вы все очень подробно разжевали. Скорее всего, придется не раз возвращаться к этому разговору в других подобных ситуациях.

Это время трудное не только для ребенка, но для родителей, так как требует коренного пересмотра отношения к своему повзрослевшему малышу. И если в стратегии воспитания ничего не меняется, то кризис 3 лет затянется на долгие месяцы.

От того, как вы будете вести себя с ребенком во время этого кризиса, зависит, сохранит ли ваш малыш активность, упорство в достижении цели, будет ли продолжать стремиться к самостоятельности. Или он сломается и станет безропотно послушным, безвольным, зависимым человеком с заниженной самооценкой.

Воспитывайте ребенка не замечаниями, а на своем примере. То есть ведите себя с ребенком так, как хотели бы, чтобы он вел себя с окружающими людьми, в том числе и с вами.