**КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**" КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ"**

 Кризис – особый, относительно непродолжительный во времени период жизни, характеризующийся резкими психологическими изменениями. Кризис трёх лет имеет весьма условные возрастные границы. Он может начаться в 2 – 2,5 года и протекать бурно и стремительно, а может остаться незамеченным родителями и в 3 года. Форма, длительность и острота проявления будут зависеть от индивидуальных особенностей малыша, стиля воспитания, состава семьи и прочих факторов. Известно, что чем жёстче ведут себя родители, тем острее протекают кризисные явления. Неблагоприятно на прохождении кризиса сказывается начало посещения ребёнком детского сада . считается, что детей лучше отдавать в дошкольное учреждение до 2 – х лет или же около 4-х.

На подходе к кризису присутствует четкая когнитивная симптоматика:

* острый интерес к своему изображению в зеркале;
* ребенок озадачивается своей внешностью, заинтересован тем, как он выглядит в глазах других. У девочек интерес к нарядам; мальчики начинают проявлять озабоченность своей эффективностью, например, в конструировании. Остро реагируют на неудачу.

Кризис 3-х лет относится к числу острых. Ребенок неуправляем, впадает в ярость. Поведение почти не поддается коррекции. Период труден как для взрослого, так и для самого ребенка.

 Кризис трёх лет начинается с возрастанием самостоятельности ребёнка, когда он старается выделить своё «Я» и установить новые отношения со взрослыми. Как правило, взрослые не успевают быстро перестроиться и продолжают общаться с ребёнком как с беспомощным маленьким существом, ограничивая его самостоятельные попытки достичь какой-либо цели. В это время и проявляются все кризисные явления, свойственные данному возрасту. Они всегда адресованы взрослым и никогда не направлены на сверстников.

Надо помнить, что доверительнее и спокойнее отношения ребёнка с мамой, тем мягче будет проходить кризис. Крики, раздражительность, авторитарность родителей будут усугублять негативные проявления кризиса.

Зона ближайшего развития ребенка состоит в обретении "могу": он должен научиться соотносить свое "хочу" с "должен" и "нельзя" и на этой основе определить свое "могу". Кризис затягивается, если взрослый стоит на позиции "хочу" (вседозволенность) или "нельзя" (запреты). Следует предоставить ребенку сферу деятельности, где бы он мог проявлять самостоятельность. Эта сфера деятельности – в игре. Игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, служит для ребенка тем "безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность" (Э.Эриксон).

**Проявления кризиса трёх лет.**

**Негативизм.**

Это типичная протестная реакция малыша на излишнюю требовательность, жесткие ограничения и запреты, а также на дефицит внимания со стороны родителей. Выражается обычно в том, что ребёнок игнорирует любые просьбы взрослых только потому, что они исходят именно от них. Это негативная реакция на взрослого, а не на содержание действий. Типичный пример: мать приходит с работы уставшая, не обращая внимания на ребёнка, начинает заниматься домашними делами, попутно требуя от ребёнка убрать игрушки. Тот делает вид, что не слышит её.

 При сильно выраженном негативизме можно получать отказ от ребёнка на любую просьбу, требование взрослого. Малыш даже может поступать вопреки своим эмоциональным переживаниям. Например, очень хочет идти в дельфинарий, но, услышав просьбу взрослого одеваться, резко отказывается. Поскольку он сам же от этого и страдает, то такие протестные реакции могут сопровождаться как гневом, так и слезами. Ребёнок может противоречить взрослому даже в совершенно абсурдной форме. («Какие у тебя красивые косы!» - «Нет, некрасивые!»)

**Самая действенная рекомендация** – оставить ребёнка на время в покое или отвлечь от конкретной ситуации. Любой психически здоровый малыш, даже в фазе острого кризиса отвлекаем. Иногда помогают решить проблему инверсные просьбы (просьбы «наоборот»): «Мы сейчас никуда не пойдём, ты, пожалуйста, не одевайся сам». Главное, что должны показать родители ребёнку, - спокойное, эмоционально – нейтральное поведение. И надо помнить, что в негативизме есть и положительная сторона: ребёнок таким, пусть ещё неумелым, способом выражает своё отношение к окружающим взрослым, он уже не действует, как раньше, только под влиянием своих эмоций. Негативизм с возрастом уменьшается и проходит.

**Упрямство.**

Следует отличать эту реакцию от настойчивости. Настойчивость – полезное волевое качество, позволяющее достигать цели, невзирая на трудности: если домик из кубиков разваливается, ребёнок находит способы сделать его, наконец, устойчивым. Ребенок настаивает на чем-то не потому, что хочет, а потому, что **он** этого потребовал, он связан своим первоначальным решением.

Упрямство может стать и устойчивой чертой характера. Если постоянно отмахиваться от ребёнка, как от назойливой мухи, или идти на поводу у его желаний. Безусловно – самое простое правило в этом случае – не запрещать, а объяснять. Ребёнок около трёх лет отлично понимает разумные доводы взрослого. Важное правило – говорить ребёнку правду.

**Своеволие.**

Проявляется в том, что ребёнок хочет делать всё самостоятельно независимо от ситуации и своих возможностей: сам покупать товары в магазине, рассчитываясь с кассиром, выбирать и принимать лекарства, переходить дорогу, не держась за мамину руку и пр. Естественно, такие желания маленького ребёнка не вызывают восторга у родителей. Однако, в любой ситуации с малышом можно договориться. Самый лучший способ в данном случае – компромисс («Давай я понесу тяжёлую ручку за эту ручку, а ты – за другую»).

Если ребёнку дают возможность что-либо сделать в значимой для него ситуации самому, конфликт с родителями быстро исчерпает себя. И наоборот – любой жёсткий запрет приведёт к усилению этих негативных проявлений.

**Строптивость.**

Внешне выглядит как негативизм, но безадресный. Это протест против всего привычного образа жизни. Ребёнку вдруг престают нравиться все любимые игрушки и занятия. Ребёнок негодует по поводу всего. Единственный выход – не будьте консервативными, проявите максимум фантазии, поменяйте привычный уклад, естественно не в ущерб себе и ребёнку. Самая желанная роль для ребёнка - роль взрослого (мамы и воспитателя). Подыграйте ему, и вы увидите, что случилось чудо – ребёнка будто подменили.

**Деспотизм.**

Поведение ребёнка в этот период весьма противоречиво: с одной стороны. Он старается быть автономным и решать, как взрослые, всё сам, с другой – хочет снова стать маленьким, чтобы безраздельно владеть вниманием взрослых. Эти противоречия находят выход во властном поведении, когда ребёнок начинает манипулировать взрослыми: «Нет, ты не пойдешь в гости, ты будешь со мной дома!», «Не говори по телефону, а играй со мной!»… Самое время объяснить ребёнку, что у каждого члена семьи есть свои дела, обязанности и желания, в которых ему, ребёнку, тоже есть место: «Мы с тобой поиграли в мозаику, а теперь мне надо приготовить папе ужин, ведь он придёт с работы голодный. Ты будешь мне помогать, и папе будет приятно, что мы вместе трудимся».

**Протест-бунт.**

Ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими.

**Симптом обесценивания**

Проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей.

Безусловно, этот возрастной период очень сложен и для ребёнка, и для взрослых, но, зная, что многие симптомы естественны для малыша и со временем проходят, вооружившись терпением, можно преодолеть все бурные эмоциональные проявления ребёнка. Это период, когда у ребёнка стремительно меняется отношение к окружающим его людям и к самому себе. И от того, насколько готовы меняться вслед за ребёнком взрослые, зависят его гармоничное личностное развитие и взросление.