**Консультация для родителей**

**«Не хочу! Не буду! Я сам!» - Кризис 3 лет у детей**

**Наверное, каждый наблюдал в жизни такую картину:**
ребенок, бьющийся в истерике с требованием купить что-то,
и мать, стыдливо озирающаяся по сторонам и уводящая дитя от осуждающих ЁЁ взглядов.

**А замечали, сколько лет этим деткам?**
Им всем около трех лет.
И то, что вам приходилось наблюдать - пресловутый кризис трех лет или кризис "Я сам".

Вот как часто родители описывают этот непростой период:
Мой ребенок был таким хорошим и послушным!
Его будто подменили, сглазили!
Постоянные истерики, вечно чем-то недоволен!

**

Нередко такое поведение ребенка застает родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, [как реагировать на детские истерики](http://3-years.ru/vospitanie/kak-reagirovat-na-detskie-isteriki.html) и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся.

А между тем, это абсолютно нормативное поведение, соответствующее этому возрасту. Ребенок впервые начинает ощущать свою личность, впервые говорит о себе от первого лица (*Я хочу кушать* - вместо *Саша хочет кушать*). Возникает потребность в самостоятельности:

* *Я сам помою руки,*
* *Я сама завяжу шнурки,*
* *Я одену сапоги (*летом!)*.*

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным! Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности.

Психологи часто сравнивают это период с подростковым кризисом. Это один из первых сильных возрастных кризисов, иначе называемый «Я сам». Этому периоду характерны:

**Негативизм –**как правило, к одному родителю и всему, что тот предлагает. При этом ребенок может быть совершенно лояльным к другим окружающим.

**Упрямство –**не потому, что ему это «Нужно», а просто «Я так хочу». Малыш принципиально может отказываться мыть руки, даже если он понимает, что ему это нужно сделать.

**Строптивость –**в отличие от негативизма, где малыш негативно настроен к человеку, строптивость проявляется в нежелании делать что-то конкретное, независимо, кто его попросит об этом.

**Своеволие –**проявляется как желание малыша подчинить всё и всех в доме своей воле. Особо ярко отмечается у единственных детей в семье. Причем желания малыша могут носить странный характер: *все прыгают на одной ноге или ходят на четвереньках по его команде.*

**Протест –**малыш, осознавая свою личность, бунтует, чтобы показать значимость и его желаний тоже: *и он имеет свое слово в доме равно со взрослыми.*

**Обесценивание –**малыш демонстрирует безразличие к тем вещам, которые были для него еще недавно значимы. Он может обзываться, фыркать в их сторону.

**Стратегия поведения родителей** в этот период очень важна, потому как то, что он усвоит в этот возрастной период, и будет определять и последующие.

Рассмотрим наиболее вероятные сценарии.

**Потакание капризам малыша**
Порой родители путают понятие абсолютной любви с неумением обозначать границы. Это может навредить как родителям, так и самому малышу. Поскольку неусвоенный навык контроля своих желаний, своих «хочу» и сопоставление их с «надо» и «можно ли» грозит несамостоятельностью во взрослом возрасте, когда за любыми «хочу» уже взрослый человек будет обращаться ко всё тем же родителям и болезненно реагировать на отказы. Либо просто имеет шанс стать «некоммуникабельным», «негибким», то есть тем, кого социум не приемлет.

**Авторитаризм родителей**в любом возрасте гарантированно повышает тревожность детей, лишая их в будущем инициативности, активности. Вряд ли родители хотели бы, чтобы в будущем их ребенок вырос неспособным достигать своих целей, безинициативным тихоней.

В позиции родителей в этот период важна золотая середина. Важно, чтобы действия родителей были согласованы, и они придерживались единой тактики воспитания.

Что можно посоветовать родителям?! Терпения!
Это временно, поверьте.

Ведь вы знаете, каким милым может быть ваш малыш. Он и сейчас таков, это просто временная перестройка организма. А для того, чтобы ребенок благополучно вышел из этого возраста, **есть несколько очень полезных советов**.

* Дайте ребенку право выбора или хотя бы иллюзию выбора (*А ты как считаешь? А ты что выбираешь? Ты сегодня будешь кашку или суп?).*
* Уважайте его выбор и его действия.
* Чаще хвалите малыша за хорошие поступки.
* Чаще играйте с малышом. Совместные игры не только сблизят вас, они еще и сформируют необходимый социальный навык поведения. Как раз в ходе игры вы и сможете его научить тому, что такое хорошо и что такое плохо, не командуя им, а мягко и ненавязчиво направляя. В ходе игры вы можете сказать, что вас огорчило в его поведении ранее и как бы вам хотелось, он себя вел в будущем.
* В моменты истерик сохраняйте спокойствие и самообладание. Помните, среди вас это вы Взрослый и именно от вашего поведения зависит исход истерики. Уведите ребенка в безлюдное место (без зрителей, для которых они и создаются) и объясните, почему вы не можете дать ему то, что он требует. Можете повторить это несколько раз. При этом после вы можете обнять его со словами: «Я все понимаю, как мне жаль, что сейчас я не могу…/невозможно…».
* Во время разговора с малышом опускайтесь на уровень его глаз. Особенно если вам нужно донести до него важную информацию.
* Осуждайте отдельный поступок, а не самого ребенка. Не «Ты раскидал свои игрушки, ты плохой», а «Ты раскидал свои игрушки — это плохой поступок, это на тебя не похоже, ведь ты хороший!».
* Ни в коем случае не сравнивайте малыша с другими детьми. Это может сказаться на его самооценке и пошатнуть уверенность в себе.

 **Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее**. Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышей за хорошее поведение и поощряйте самостоятельность «Катюша молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет», расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Катюша такая умница – сама днем спать легла». Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя.

 Кризис 3 лет и реакция родителей на эту возрастную особенность - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность. Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на, казалось бы, простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь **кризис 3-х лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности**, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка.