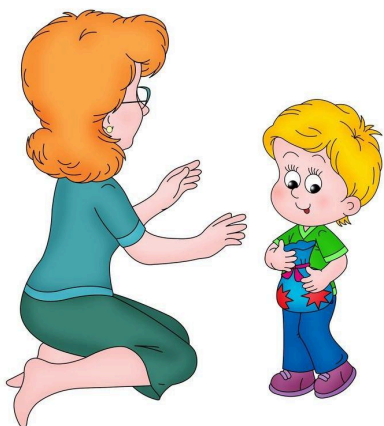


# КРИЗИС ТРЕХ ЛЕТ

(Памятка для родителей)



Третий год жизни ребёнка... Кажется, совсем недавно перед вами лежало маленькое беспомощное существо. Теперь ваш ребёнок многое умеет: он ходит, говорит, играет, задаёт вопросы, рассуждает, мечтает и, конечно же, борется за свою самостоятельность. Конец раннего возраста – ещё один трудный период в совместной

жизни ребёнка и взрослого.

На новом витке (в период от 2 лет 6 месяцев до 3 лет 6 месяцев) наступает повторяется критическая ситуация, которая в научной литературе обозначается специальными терминами: «возраст упрямства, строптивости», «кризис 3 лет».

## Семизвездие кризиса трех лет.

**Негативизм.** Ребенок негативно относится к любой просьбе взрослого, даже если он сам этого хочет

**Упрямство.** Настаивает на своем и ему важно добиться этого во чтобы то не стало.

**Строптивость.** Непослушание в мелочах и в серьезных делах.

**Своеволие.** Стремление все делать самостоятельно, даже если детских возможностей пока недостаточно.

**Протест-бунт.** Ребенок начинает активно бунтовать даже против того, что раньше выполнялось им без возражений

**Обесценивание.** Ребенок может бить и ломать, все, что ему было дорого, может бить и обзывать родителей

**Деспотизм.** Хочет, чтобы все происходило так, как он сказал.

## Причины

К трем годам заканчивается этап «слияния» ребенка с матерью, у малыша резко возрастает *стремление к самостоятельности и независимости*.

## РЕКОМЕНДАЦИИ

- Терпение и мудрость! Малыш проходит важный этап взросления. Помогите ему сделать это благополучно
- Спокойствие, только спокойствие! Контролируйте свои эмоциональные реакции на протестное поведение
- Научите ребенка правильно выражать свои эмоции приемлемыми способами (потопать ногами, похлопать руками, постучать по столу и т.п.)
- Четко и конкретно формулируйте требования и ожидания к поведению ребенка. Проверяйте, правильно ли он их понял.
- Уважайте стремление ребенка к самостоятельности

## ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

### Игрушечный друг

Посадите на стул любимую игрушку малыша – игрушечного друга. Пусть ведет себя неправильно. Вместе с малышом воспитывайте из него «примерного ребенка». Вместе разбирайте, что он делает неправильно и почему так. Беря на себя роль «воспитателя» в игре, ребенок и жизни начнет себя в соответствующе.

### Пыхтелка

Это веселое упражнение можно выполнять, когда ребенок рассержен и плачет. Сделайте глубокий вдох и на выдохе произносите «пых-пых-пых» столько раз, сколько успеете за один выдох.

