**Кризис 3 лет.**

Ребенок развивается, а всякому процессу развития свойственны скачкообразные переходы- кризисы. *Они необходимы, поскольку это движущая сила развития.*

Рассмотрим, что характерно для поведения ребенка в этот период.

***Негативизм*** – желание все делать наоборот, ни в коем случае не подчиняться воле взрослого, даже вопреки собственному желанию (дома он отказывается от определенного продукта, а в саду ест). Детский негативизм надо отличать от обычного непослушания. См. таблицу

|  |
| --- |
| ОТЛИЧИЯ |
| НЕГАТИВИЗМ | НЕПОСЛУШАНИЕ |
| 1. Ребенок поступает наперекор своему желанию
 | 1. Ребенок следует своему желанию, которое идет вразрез с намерениями взрослого.
 |
| 1. Поведение избирательно: ребенок отказывается выполнять просьбы определенных людей, например, только мамы или папы. С остальными он может быть послушным.
 | 1. Поведение не избирательно.
 |
| 1. Характерен мотив: сделать как угодно, лишь бы не так, как ожидают от ребенка.
 |  3.Характерен мотив: сделать так, как хочет взрослый. |
| 1. Адресован непосредственно определенному человеку.
 | 4.Ребенок противиться не взрослому, а содержанию просьбы. |

Бывает, что взрослый сам провоцирует вспышки негативизма («Давай быстрее!», «Не ори!»), ребенок, остро переживающий кризисный период, скорее всего, так же резко ответит: «Не буду!», «Сам не ори!».

***Строптивость*** направлена не на человека, а против тех правил, которые были в жизни ребенка до 3 лет.

***Упрямство*** - защитная реакция на влияние взрослых, отказ ребенка воспринимать мнение другого человека. Ситуации проявления детского упрямства сложны, т.к вызывают у взрослого сильную эмоциональную реакцию. Зачастую взрослые, стремясь доказать свою правоту, упорно настаивают на своем, проявляя упрямства не меньше, чем дети. Одна из ошибок, ведущая к проявлению упрямства – повышенная требовательность родителей в приучении ребенка к порядку, без учета его реальных умений, возрастных и индивидуальных возможностей.

***Капризность*** – это действия, лишенные разумного основания «Я так хочу и все!». Отличия упрямства от капризов. См. таблицу

|  |
| --- |
| ОТЛИЧИЯ УПРЯМСТВА ОТ КАПРИЗОВ |
| УПРЯМСТВО | КАПРИЗЫ |
| Появляется только в ответ на поведение или требование родителей. | Ребенок начинает ныть и кукситься, плакать по любому поводу. |
| Главное для ребенка – не уступить взрослому, настоять на своем | Ребенок стремиться добиться еще большего внимания к себе, ему нравиться быть в центре внимания. |
| Любимое выражение упрямого ребенка: «Я хочу!» | Любимое выражение капризного ребенка: «Я не хочу!» |

Благоприятными условиями для возникновения капризов и истерик являются: переутомление, некомфортная обстановка, плохое самочувствие, повышенная эмоциональная возбудимость, чувствительность.

***Истерика***. Часто за капризом малыша, в случае невыполнения его требований, наступает истерика.

Как предотвратить приступ истерики у ребенка

* Научитесь предупреждать вспышки истерики. Ребенок скорее раздражается плачем и криком, когда он устал, проголодался, или чувствует, что его торопят.
* Переключайте внимание ребенка на действия. Маленькие дети более склонны реагировать на просьбу родителей сделать что-либо – так называемые команды «вперед», чем прислушиваться к просьбе прекратить это делать.
* Назовите ребенку его эмоциональное состояние. «Может быть ты сердишься потому, что не получил пирожного». Дайте ему четко понять, что, несмотря на чувства, есть определенные пределы его поведению.
* Скажите ребенку правду относительно последствий. «Ты ведешь себя плохо, и мы не позволим этого», «Если ты будешь продолжать, тебе придется уйти к себе в комнату».

ЕСЛИ ИСТЕРИКА ВСЕ ЖЕ НАЧАЛАСЬ,

* Важно не раздражаться, а взять себя в руки.
* Не стоит пускаться в длинные объяснения, лучше отвлечь его, резко переключить внимание на что-нибудь.
* Необходимо твердо и простыми словами объяснить ребенку, почему взрослые не будут выполнять его требование.
* Как только начинается истерика – лучше встать и выйти из комнаты. Пусть кричит, падает на пол и стучит ногами. Подобное «шоу» рассчитано на зрителя. Через некоторое время он успокоится и возобновит общение с родителями. Лучше дождаться, пока он сделает это сам, и сразу же переключить его внимание.
* Важно научить ребенка *извиняться за свои поступки*, и в следующий раз ему будет легче управлять собой.

***Симптом обесценивания*** (ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей). Такие эмоции можно «отыгрывать» в подвижных играх – игра в мяч, кричалки, поколотить подушку, грушу и т. д.