**Что такое кризис трёхлетнего возраста?**

Кризис 3-х лет, как и другие возрастные кризисы, является испытанием не только для родителей, но и для самого ребенка. Родители недоумевают, каким образом еще вчера такой послушный ребенок сегодня все делает наперекор взрослым, а ребенок не может понять, что с ним происходит, почему появляется такое острое желание поступать по-своему.

Кризис трёх лет – это ломка и перестройка социальных отношений. Вопрос, почему он наступает и для чего нужен, вполне закономерен. До 3 лет малыш растёт в семье любящих родителей, словно птенчик в скорлупе. Окружающий мир понятен, в «скорлупке» очень комфортно и спокойно. Однако подобная защита не вечна, и наступает определённый период, когда она даёт трещину.

Скорлупа разбивается, а ребенок осознаёт любопытную мысль: он может выполнять некоторые действия сам и способен обойтись даже без помощи любимой матери. То есть малыш начинает воспринимать себя в качестве автономной личности, у которой есть желания и некоторые возможности.

Американский учёный Эрик Эриксон утверждал, что кризис трёх лет способствует формированию у ребёнка волевых качеств и независимости.

Но, невзирая на стремление стать более самостоятельным, малыши ещё недостаточно компетентны, поэтому во многих ситуациях без помощи взрослых попросту не обойтись. Таким образом, возникает противоречие между «я хочу» («я сам») и «я могу».

Интересно, что основной негатив направлен на наиболее близких людей и, в первую очередь, на маму. С остальными взрослыми и ровесниками кроха может вести себя абсолютно ровно. Следовательно, именно на родных ложится ответственность по оптимальному выходу малыша из кризиса.

Каковы же проявления кризиса 3-х лет и что с ними делать?

**Негативизм**: малыш противится выполнению даже самой элементарной просьбы родителей, даже, если раньше он делал это с удовольствием, например, может отказаться есть любимое блюдо или играть в любимую игру только потому, что инициатива исходит от взрослого. При этом через некоторое время может делать это же, но уже по собственной инициативе. Таким образом, негативные реакции всегда адресные и направлены не на содержание просьбы (требования, пожелания), а на конкретного человека. Обычно «объектом» выступает именно мама.

Что делать? Нет нужды давить на ребёнка или заставлять его выполнять нужное действие. Пусть он немного «остынет», а уже затем обращайтесь к нему с просьбой. Как вариант, «переговорщиком» может выступить другой член семьи – например, папа.

**Строптивост**ь. Строптивый ребёнок вообще не желает выполнять просьбы и разумные требования всех взрослых домочадцев, как будто он и не слышит обращённой к нему речи. Например, малыш продолжает играть в кубики, несмотря на просьбу мамы и папы сложить игрушки в корзину.

Что делать? Если ребёнок не собирается выполнять вашу просьбу прямо сейчас, постарайтесь переключить его внимание на другое занятие. Спустя некоторое время он, например, самостоятельно уберёт игрушки или вымоет руки, а вам не придётся «стоять над душой».

**Деспотизм**. Ребёнок стремится всеми способами заставить родителей сделать то, что ему нужно, пусть даже это будет сиюминутное желание. То есть детский деспотизм можно назвать своеобразным стремлением к власти над матерью или отцом. К примеру, малыш может хотеть, чтобы мать не отлучалась от него ни на минутку. Если же в семье несколько детей, то ребёнок начинает демонстрировать ревность по отношению к брату или сестрёнке – забирает игрушки, не желает вместе выходить на улицу, исподтишка щипается и т.д.

Что делать? Подобное поведение – пример манипулирования. Поэтому старайтесь не идти на поводу маленького деспота, одновременно показывая, что ваше внимание вполне можно привлечь мирными способами, без конфликтов и истеричности.

**Протестное поведение** – это реакция ребёнка на давление со стороны значимых взрослых, которые требуют завтракать в одно и то же время, не кричать на улице, не ломать игрушки и т.д.

Результатом родительского диктата становится бунт в виде отказа от привычных действий (малыш не хочет есть сам), истерики, вспышек гнева и прочих негативных проявлений.

Что делать? Во время протестных «акций» (истерик, скандалов) старайтесь не терять самообладание, слушайте мнение ребёнка. Если он бунтует против мер безопасности (хочет играть с мячом на дороге), не идите на поводу и не меняйте решения.

**Кризис трёх лет: правила для родителей**

Прежде всего, маме и папе необходимо понять, что подобные особенности поведения ребёнка – не дурная наследственность или врождённая вредность. Маленький человечек подрастает и стремится к большей независимости, значит, маме и папе необходимо научиться признавать право ребенка на самостоятельность. Излишний деспотизм родителей может привести к тому, что у ребенка будет низкая самооценка и полное отсутствие самостоятельности. В тоже время, чрезмерное внимание к требованиям ребенка - прямой путь к формированию истеричной личности, не признающей никаких правил и требований.

Чтобы максимально сгладить выраженность негативных проявлений кризисного периода, взрослым следует прислушаться к нескольким рекомендациям специалистов:

Дайте ребёнку большую самостоятельность. Например, привлекайте его к выполнению домашних обязанностей. В три года мальчику и девочке можно доверить мытьё посуды (пластиковой), уборку, раскладывание салфеток и пр. Исключение касается только потенциально опасных занятий – работы с электрическими приборами.

Сохраняйте спокойствие. Чрезмерно эмоциональное реагирование родителей на поведение ребёнка лишь упрочит его позиции и участит истерики. Если же мама спокойно и без эмоций смотрит на крики и слёзы, малыш понимает, что его манипулирование не приводит к нужному результату. В результате поведение стабилизируется.

Снизьте количество запретов. Нет нужды окружать своё чадо многочисленными ограничениями, которые только злят его. Озвучьте по-настоящему важные правила, касающиеся безопасности и социальных норм, которые нарушать категорически запрещено. А в мелочах можно и нужно уступать.

Позвольте ребёнку выбирать. Чтобы избежать конфликта, можно немного схитрить, предложив малышу выбрать из нескольких вариантов. К примеру, спросите у дочки, в каком платьишке она пойдёт в садик: зелёном или голубом.

Малыш в три года не всегда идёт наперекор родителям, особенно если его не заставляют, а просят. Мудрые родители не тащат сопротивляющегося ребёнка через дорогу, а просят его взять себя за ручку и перевести на другую сторону проезжей части.

Чтобы предупредить истерику, необходимо заранее договариваться с ребёнком. Например, до посещения магазина игрушек договоритесь, что именно будете приобретать. Конечно, это не поможет в 100% случаях, однако вероятность истерики существенно снизится.

В разгар аффекта не следует что-либо объяснять ребёнку. Подождите, когда он придёт в себя, а уже затем обсудите, почему его поведение (но не он) кажется вам плохим и недостойным. Обязательно рассказывайте малышу о своих чувствах, пусть даже негативных.

В случае публичной истерики необходимо лишить ребёнка «зрителей». Для этого нужно или отвести его в менее людное место, или попытаться отвлечь внимание пролетающей птичкой или пробегающей собачкой.

Ну а поскольку ведущий вид деятельности для трёхлеток игра, все ситуации, приводящий к истерикам, следует проигрывать. «Делайте покупки» вместе с куклами, «кормите» игрушек, разыграйте поход в поликлинику и т.д.

Как уже было отмечено, кризис будет протекать существенно мягче, если родители будут учитывать возрастные и индивидуальные особенности малыша при выборе оптимальных воспитательных мер.

В целом же трёхлеткам свойственны некоторые общие поведенческие черты, о которых стоит упомянуть подробнее, чтобы учитывать их при общении с малышом:

Дети пытаются добиться конечного результата своих действий. Для трёхлетнего ребёнка важно довести дело до конца, будь то рисование или мытьё посуды, поэтому неудачи часто его не останавливают, а только стимулируют.

Полученный результат малыш любит демонстрировать взрослым. Вот почему родителям необходимо давать положительные оценки итогам детской деятельности, ведь негативное или безразличное отношение может привести к негативному самовосприятию у детей.

Появляющаяся самооценка делает ребёнка обидчивым, зависящим от чужого мнения и даже хвастливым. Поэтому невнимательность родителей к детским переживаниям может стать источником негативного самоопределения.

