**Кризис 3 лет. Я сам!**

[](http://godovastik.ru/krizis-3-let-ya-sam/)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. Задача родителей в этот период не добиваться собственного успокоения, ценой наказаний, а помочь ребенку преодолеть кризис, окружив его заботой и нежностью, но в то же время, уважая в нем личность.

Ребенок в трехлетнем возрасте уже осознает, что он такой же человек, как его родители и привитые ему навыки кажутся ему достаточными для самостоятельных действий в любых ситуациях. У ребенка возникает потребность самостоятельно принимать решения и, подвергнув сомнениям правильность его решений, родители лишь усугубляют ситуацию.

***Кризис 3 лет: рекомендации родителям***

При проявлении негативизма, **когда ребенок все делает наоборот, стоит попробовать применить небольшую хитрость, основанную на психологии и действовать от обратного**: «Сегодня очень холодно, но ты можешь не одеваться тепло. Тогда ты заболеешь и сможешь смотреть мультфильмы в постели, пока мы с папой пойдем на цирковое представление!». В таком случае ребенок с удовольствием натянет на себя все теплые вещи.

При правильном поведении ребенка, **стоит подчеркивать его взрослость и значимость**. Не воспринимайте благие порывы малыша, как должное. Если он помыл за собой тарелку после обеда – он взрослый, он как папа! Ребенок самостоятельно правильно оделся быстрее всех – он взрослый, он умеет одеваться лучше и быстрее мамы.

Предоставляйте ребенку возможность самостоятельно принимать решения: «Ты сначала уберешь игрушки или сначала пообедаешь?». В таком случае любое действие ребенка будет правильным, но осознание самостоятельности принятого решения, заставит его гордиться собой.

**Применяйте ролевые игры** для объяснения ребенку норм поведения. Проигрывайте ситуации капризов, подчеркивая реакцию малыша на плохое поведение куклы. В игре капризничающий персонаж должен всегда представляться маленьким, глупым, несмышленым.

Примите как должное равное положение ребенка в семье. Ведите себя с ним так, как Вы хотите, чтобы он вел себя с Вами. Советуйтесь с ним по «важным» вопросам, спрашивайте разрешения, вторгаясь в его пространство. Посеяв взаимное доверие в этом возрасте, Вы пожнете плоды откровенности в подростковом периоде, когда кризис будет значительно более сложным.

Вводя определенные запреты, **расширяйте и права ребенка**. Дайте ему возможность принимать решения в незначительных ситуациях и учиться на своих ошибках. Тогда запреты, направленные на его безопасность, будут более действенными. Памятуя опыт своих ошибок, ребенок учтет Ваше мнение.

Не пытайтесь воспитывать ребенка в момент **истерики**. Оставьте его в одиночестве и дайте ему успокоиться. Только после полного успокоения объясните ребенку все «за» и «против». Вряд ли ребенку захочется повторить бунт. Он, попросту, устал. К тому же, он понял, что метод истерик абсолютно неэффективен.

И самое важное: **ребенок учится на примере родителей**. Не допускайте в своем поведении таких поступков, которые Вам не хотелось бы лицезреть, глядя на свое чадо. Преодолев кризис 3-х лет, Вы сможете спокойно вздохнуть вплоть до семилетнего возраста, когда Ваш ребенок будет готовиться вступить в новый для него мир, мир школьника.