**Кризис 3 лет.**

Как одержать победу над упрямым «Нет!»

Что случилось с покладистым послушным ребенком, еще недавно выполнявшим все ваши поручения и просьбы и соглашавшимся с вашими идеями и предложениями. Его как будто подменили. Ваши попытки накормить, одеть, выйти в магазин превратились в большое испытание. На все ваши обращения малыш отвечает категорическим «Нет!» Мало того, он начинает топать ногами и убегает, когда вы пытаетесь к нему подойти. Подобные ситуации случаются в каждой семье, вызывая споры и взаимные обвинения по поводу воспитания между родителями. На самом деле, родители должны понимать, что они вместе с непослушным малышом «вступили» в период кризисного трехлетнего возраста. Давайте познакомимся с основными проявлениями этого периода: упрямство и негативизм изменение модели поведения стремление к самостоятельности

Кризис трех лет является неизбежным процессом, который может наступить как в 2,5, так и в 4 года. Этот период проходят все здоровые дети, и интенсивность проявлений и эмоциональных состояний зависит от индивидуального развития ребенка. У кого-то кризис проходит незаметно, а кто-то может в своих бурных эмоциональных проявлениях доводить родителей до растерянности. Спешу успокоить родителей и советую пересмотреть свое отношение к ребенку. Подумайте, достаточно ли вы предоставляете самостоятельности и права выбора вашему ребенку? Это может касаться выбора одежды или желания заниматься той или иной деятельностью.

Кризисный этап развития 3-летнего ребенка – сигнал к тому, что он уже будет расти и развиваться по новым моделям, проявляя большую самостоятельность и независимость.

Однако не стоит забывать о том, что дети всегда нуждаются в любви и заботе, просто в кризисный период ребенок хочет донести до взрослого свое желание о том, что с ним нужно обращаться как со взрослым.

Попробуйте договориться со своим ребенком:

* Вместо однозначных требований предлагайте альтернативу. Не хочет надеть одну рубашку, пусть выберет другую. Предлагайте другие варианты предметов, вещей и ситуаций.
* Поощряйте самостоятельность, хвалите за оказанную вам помощь
* Прибегайте к **игре** при решении проблемных ситуаций. Например, если отказывается от приема лекарства, предложите совместно полечить зайку и принять лекарство вместе с ним.
* В общении с ребенком постарайтесь исключить «командный» тон, а также гиперопеку. Для нормального развития личности ребенка в равной степени губительны как жесткость воспитательных мер, так и слепая любовь.

Ребенок очень любит подражать взрослому. Не нужно ему мешать в его стремлении к взрослению. Помогать, хвалить, поощрять, создавать игровые сюжеты и с их помощью устранять проблемные ситуации, - вот основные требования к родителям в трудный кризисный период трехлетнего ребенка. Ваше грамотное отношение поможет вам и малышу пройти этот этап спокойно, минуя бурные эмоциональные всплески и проблемы, связанные с непослушанием. Помогайте своим детям развиваться гармонично и полноценно.