Кризисы развития – это периоды жизни, в течение которых человек заметно меняется, потому что старое уже не устраивает по своим причинам, а новое еще не наступило, и человек, словно поднимается на эту новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в  детские годы (1, 3 года, подростковый период), но и во взрослом возрасте, т.к. развитие личности происходит непрерывно. При этом кризисы протекают у всех абсолютно по-разному, и взрослый человек, как правило,  в состоянии понять, что с ним происходит. Ребенок не в состоянии оценить то, что с ним происходит, что с ним было или будет, часто он не может регулировать выражение своих эмоций и свои поступки.

Родителям не стоит пугаться острых проявлений кризиса. Напротив, это говорит о том, что ребенок созрел уже психологически, усвоил все новообразования своего возраста и готов развиваться и совершенствоваться дальше.

Следует обратить внимание родителей, как раз на то, что отсутствие кризиса является сигналом для того, чтобы обратить большее внимание на особенности вашего ребенка, в развитии которого, возможно, не произошло соответствующих возрастных изменений.

Третий год жизни малыша – один из самых трудных периодов во взаимоотношениях детей и родителей. В это время ребенок начинает «отделяться» от мамы с папой, проявлять первые признаки своеволия, которое взрослые привыкли пренебрежительно именовать «капризностью» и «вредностью». А между тем формируется новая личность, и вы должны задать ей правильный курс.

Первый признак – появление в словарном запасе малыша слова «Я» – появляется после 2 лет. Сам кризис «правит балом» обычно с 2,5 до 3,5 лет. Детские психологи описывают семь основных проявлений кризиса 3 лет.

В этом возрасте для ребенка может быть характеры такие качества, как своеволие, упрямство, стремление к самостоятельности и независимости, обесценивание, чрезмерный эгоцентризм и достаточно высокое самомнение. Он не признает родительского авторитета, часто идет вам наперекор. Прежде чем прибегать к каким-либо действиям, сначала детально разберитесь в происходящем.

**Признаки кризиса 3 лет**

**УПРЯМСТВО**
Когда малыш упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал. Например, мама просит проснувшегося ребенка встать с постели. Малыш не соглашается, хотя ему уже давно надоело лежать и хочется поиграть с игрушками. Однако он заявляет: «сказал не встану, значит, не встану!».

Зачастую родители используют метод «кто кого переупрямит», тем самым, усугубляя и закрепляя проявления упрямства и загоняя ребенка «в угол», лишая возможности выйти с достоинством из конфликтной ситуации.

Совет: не пытайтесь самоутвердиться в противоборстве с малышом. Силы не равны.

**НЕГАТИВИЗМ**
Именно он вынуждает ребенка поступить вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Да, малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили. Бывают просто абсурдные ситуации, когда на любое высказывание взрослого ребенок отвечает наперекор: «Это холодное» – «Нет, горячее», «Иди домой» – «Не пойду» (хотя только что сам просился).
Не путайте негативизм и непослушание. При негативизме ребенок часто поступает наперекор своему желанию. При непослушании же он следует своему желанию, которое идет вразрез с намерениями взрослого.
Негативизм часто избирателен: ребенок отказывается выполнять просьбы определенных людей, например, мамы, или папы. С остальными – он может быть послушным и покладистым. Взрослый может провоцировать негативизм всякий раз, когда отдает строгий приказ, например: «Не трогай!», «Ешь быстро!»

Совет: не давите на ребенка, не разговаривайте в приказном тоне. Если вы видите, что кроха сопротивляется из негативизма, дайте ему время отойти от бури эмоций.

**СТРОПТИВОСТЬ**
Строптивость очень похожа на негативизм, но отличается тем, что не направлена на определенного человека, это протест против самого образа жизни. Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно это проявляется в семьях, где наблюдаются противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, а бабушка вообще все разрешает).

Совет: отвлеките ребенка от того, что стало камнем преткновения, и через пять минут ребенок неожиданно согласится с Вашим предложением, забыв, что недавно возражал.

**Я САМ (СВОЕВОЛИЕ)**

Своеволие проявляется в том, что ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет. Это потребность в самостоятельности – жизненно важная для трехлетних малышей.

Совет: позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы уверены, что он не справится. Пусть кроха убедится в этом сам.

**СИМПТОМ ОБЕСЦЕНИВАНИЯ**

Теряются старые привязанности ребенка к людям, правилам поведения, вещам. Ребенок может начать употреблять бранные слова, которые до сих пор было не принято произносить дома. Иногда малыши позволяют себе грубо обзывать любимых бабушек и мам. Кроме того, для трехлетнего ребенка могут вдруг потерять ценность еще совсем недавно обожаемые им игрушки, книги. Неожиданно он начинает их бросать, рвать, давать им негативные названия.

Совет: существует множество развивающих занятий для ребенка. Запишите малыша в секцию, займитесь вместе с ним лепкой, рисованием или сборкой конструктора.

**ПРОТЕСТ-БУНТ**
Он проявляется в том, что поведение ребенка носит протестующий характер, как будто малыш находится в состоянии «войны», постоянном конфликте с окружающими. В результате кроха часто сорится с родителями.

Совет: будьте спокойны, доброжелательны, но тверды в те моменты, когда Вы уверены в своей правоте.

**ДЕСПОТИЗМ**
Деспотизм чаще всего проявляется в семье с единственным ребенком. Малыш изо всех сил пытается проявить власть над окружающими и заставить родителей делать все, что он хочет. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм может проявляться как ревность. Например, ребенок может забирать игрушки, одежду, толкать, замахиваться.

Совет: не поддавайтесь на манипуляции, но старайтесь уделять больше времени малышу. Пусть он чувствует, что Ваше внимание можно получить без истерик и капризов.

**ВАЖНО ЗНАТЬ**

* период упрямства и капризов начинается примерно с 18 месяцев

как правило, это заканчивается к 4 годам

* самый пик упрямства приходится на 2,5-3 года
* мальчики упрямятся сильнее девочек, а девочки, капризничают больше, чем мальчики
* в кризисный период число подобных приступов может быть от 5 и до 15 раз в день…
* если после 4 лет за вашим ребенком все еще наблюдаются проявления упрямства и капризов, то, скорее всего, можно заподозрить хитрый способ манипулирования  родителями. Самым обидным, пожалуй, является тот факт, что такой способ поведения может закрепиться и стать механизмом взаимодействия между ребенком и родителями или какими-либо отдельными членами семьи. Дети – очень смышленые от природы, и понимают с кем и как себя нужно вести, чтобы добиться желаемого.

**Памятка для родителей**

**«Поведение в период кризиса 3 лет»**

Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.

Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребенка, если он не просит.

Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят вечером.

Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много, не больше 5. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи.

Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.

При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное. Вспомнить какую собачку или кошечку Вы видели на прогулке.

Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать не хорошо. Отложите это дело до тех пор, пока малыш не успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.

Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается, есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по очереди – ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание…

Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.

Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

**Как помочь малышу взрослеть**

1. Поощряйте его познание себя: видение внешних различий (мальчик или девочка, младше или старше), опробование возможностей (прыжки) и умений (рисовать, лепить). Спрашивайте, какой он, чему хочет научиться или что узнать.

2. Поддерживайте стремление к самостоятельности. Дайте возможность сделать что-то самому и терпеливо ждите, когда попытка увенчается успехом. Не вышло – похвалите за пробу, скажите, что в следующий раз обязательно получится, и предложите помощь.

3. Не выполняйте за него то, с чем он в силах справиться сам! Возьмите себе за правило: «Не делать полностью, а доделывать». Малыш начинает – вы завершаете, если у него не получилось.

4. Запрещайте и разрешайте с умом! Если его требование не противоречит вашим принципам и не наносит вреда, то позвольте сделать так, как он хочет. Если что-то запрещаете, доходчиво объясните, почему этого делать нельзя. Потратьте на беседу столько времени, сколько нужно, чтобы он понял и согласился с вами.

5. Хвалите проявления тех черт характера, которые хотите в нем видеть, и не поддерживайте противоположные. Не потакайте [истерикам ребенка](http://www.mentallab.ru/deti_i_podrostki/problemy_v_povedenii/isterika_u_rebenka), иначе они будут повторяться. Лучше переключите его внимание на что-нибудь интересное.

6. Открывайте для малыша «большой мир». Путешествуйте, ходите на мероприятия, беседуйте на различные темы. Спрашивайте мнение ребенка обо всем, чтобы убедиться, верно, ли он истолковывает события, поступки и эмоции людей.

7. Будьте сами достойным примером для подражания!

Общение с ребенком в период кризиса – это особое искусство. Главное – вовремя понять и помочь ребенку, потому что мы нужны ему как никогда. И даже если в этот момент он совсем не такой мягкий и податливый, как бы нам хотелось, а иногда колючий и ершистый, лучшее, что можем сделать мы, взрослые, - принять его таким, какой он есть, и любить.