****

**КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ И КАК ЕГО ПРЕОДОЛЕТЬ**

     Привыкание к детскому саду совпадает с кризисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озадаченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, удлинить психологическую «пуповину», научиться многое делать самому и как-то решать свои проблемы. Без психологической сепарации (отделения) от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

     Кризисы развития это относительно короткие (от нескольких месяцев до года-двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длительных и спокойных - стабильных и более коротких, бурных - критических, т. е. кризисы - это переходы между стабильными периодами.

     Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. С появлением каких-то новых качеств взрослые могут сознательно утвердиться в них или примириться с новым личностным качеством.

     Для детей же собственное ближайшее прошлое и будущее непонятно, остается абстракцией. Современные семьи малочисленны, дети находятся в одновозрастных детских коллективах. Находясь преимущественно среди взрослых и сверстников, ребенок не чувствует и не видит, что с ним скоро будет, не понимает, что с ним происходит, не может оценить свое поведение, регулировать свои поступки и выражение эмоций.

     Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

     И, наоборот, внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

     Таким образом, не надо пугаться кризисных проявлений, опасны проблемы непонимания, возникающие в этот момент у родителей и педагогов.

     Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса?

     Как помочь ребенку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство - это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность - демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я»; эгоизм - в здоровом виде чувство «самости», собственное достоинство; агрессивность - крайняя форма чувства самозащиты; замкнутость - неадекватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов - не допустить закрепления их крайних проявлений.

***Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:***

     - Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

     - Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5 - 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.

     - Пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни.

     - Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

     - Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

     - В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых - до 19 раз!

     - Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о фиксированном упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

***Что могут сделать родители***

     Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.

      Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.

     Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.

     Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

     Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.

     Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!» Ребенку только этого и нужно.

     Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т.д.». «А что это там за окном ворона делает?» Подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится.

     Вспомните, как вы преодолели кризис трех лет, что вынес из него ваш ребенок.

     Искусству ладить с ребенком необходимо учиться, здесь вам помогут фантазия, юмор и те игры и упражнения, которые вы найдете в этой книге.