**«Я – сам! Хочу! Могу! И буду». Кризис 3-х лет.**

Возраст с 2,5 до 3,5 лет называют кризисом 3 лет или кризисом **«Я сам».**

В этот период происходят важные изменения в сознании и личности ребенка. Ребенок *отделяет от взрослого свое Я* как самостоятельное, усваивает понятие социальной нормы, границы дозволенного. Изменение позиции ребенка (позиция «Я – сам»), возрастание его самостоятельности и активности требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми (и никогда – со сверстниками). ***Продолжительность и интенсивность протекания кризиса зависит преимущественно от реакции окружения****.*

Для кризиса 3 лет характерны **следующие особенности поведения**:

1. ***Негативизм*** – ребенок негативно реагирует не на само действие,
которое он отказывается выполнять, а на *требование или просьбу взрослого*. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определенный взрослый человек. Негативизм избирателен: ребенок отказывается исполнять просьбы только определенных людей (например, только мамы или только папы). С остальными окружающими он может быть послушным и покладистым. Главный мотив, который движет ребенком - сделать не так как его просят, а наоборот.

2. ***Упрямство*** – это такая реакция ребенка, когда он настаивает на чем-либо не потому, что ему этого сильно хочется, а *потому, что он это потребовал.* Его первоначальное решение определяет все его поведение, и отказаться от этого решения даже при изменившихся обстоятельствах ребенок не может. Например, мама просит ребенка утром встать с постели, а ребенок отказывается это сделать, несмотря на то, что лежать ему давно уже надоело (Сказал не встану, значит не встану!). Это реакция не на предложение встать, а на свое собственное решение не вставать!

3. ***Строптивость****.* Строптивость отличается от негативизма тем, что она безлична, не направлена против человека. Строптивость направлена против самого образа жизни, против тех правил, которые были в жизни ребенка до трех лет. Ребенок стремится настоять на своих желаниях и недоволен всем, что ему предлагают и делают другие. «Да, ну!» - самая распространенная реакция в таких случаях.

 4. ***Самостоятельность****:*ребенок хочет все делать и решать сам. В принципе это положительное явление, но во время кризиса приводит к своеволию, что вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.

 5. Все поведение ребенка носит протестный характер, как будто он находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними. В этих случаях говорят о протесте – ***бунте****.* В семье с единственным ребенком может появиться деспотизм. Ребенок жестко проявляет свою власть над окружающими его взрослыми, диктуя, что он будет есть, а что не будет, может мама уйти из дома или нет и т.д. Если в семье несколько детей, вместо деспотизма обычно возникает ревность: та же тенденция к власти здесь выступает как источник ревнивого, нетерпимого отношения к другим детям, которые не имеют почти никаких прав в семье, с точки зрения «юного деспота».

 6. ***Обесценивание*** того, что раньше было привычно, интересно и дорого. Ребенок может употреблять бранные *слова*, *которые* не принято произносить в доме. В его речи появляются выражения, которые обозначают все плохое, отрицательное, негативное. И все это относится к тем вещам, которые сами по себе никакой неприятности не приносят. Иногда дети обзывают близких людей грубыми словами. Кроме того для ребенка могут потерять ценность еще недавно *любимые игрушки*, книги и он может их бросать, рвать, ломать.

В общении с ребенком в этом периоде желательно избегать угроз и применении силы, т.к. их использование формирует у детей аналогичное поведение и может стать причиной появления таких черт характера как злоба, упрямство, жестокость.

Для снятия внутреннего напряжения и отвода агрессивных импульсов в приемлемое русло подойдут игры с водой, песком, камнями, красками, игры типа построить и разрушить. Подойдут также все игры связанные с легализированной агрессией разрывание бумаги, бросание предметов в мишени, пистолеты, громкие *музыкальные инструменты*, шуточные бои бумажными шариками.

Капризы и упрямство в этом возрасте язык ребенка, его способ сообщить о своих потребностях.

Чтобы малыш не превратился в маленького деспота, следует учесть, что любовь должна выражаться не только в нежности и ласке, но и **требовательности.** Свои требования необходимо выражать в настойчивой, но спокойной форме. Окрики: Не смей! Не бери! Не трогай! только нервируют и раздражают малыша, но ничему не учат.

***Правила поведения взрослых в период протекания кризиса 3 лет:***

* Замечайте позитивные изменения, которые происходят в ребенке, и в соответствии с этим меняйте прежний стиль взаимоотношений.
* Вырабатывайте правильную линию своего поведения, более гибкую в воспитательных воздействиях, варьируя ее в зависимости от конкретного случая их применения.
* В доме создайте такие условия, в которых ребенок в **пределах разумного** ощущал, что он взрослый, а не малыш; расширяйте его права и обязанности. Когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, найдите выход в ролевой игре, которая с трех лет становится ведущей деятельностью ребенка. К примеру, Ваш ребенок не хочет кушать, хотя голоден. Вы не упрашивайте его. Накройте стол и посадите на стульчик мишку. Изобразите, будто мишка пришел обедать и очень просит малыша, как взрослого, попробовать, не слишком ли горячий суп, и, если можно, покормить его. Ребенок, как большой, садится рядом с игрушкой и незаметно для себя, играя, вместе с мишкой съедает полностью обед.
* Учитывайте потребности малыша, организуя общение с ним.
* Уважайте ребенка, но и учите его при этом уважать других.
* Проявляйте внимание к малышу: позвоните ему лично по телефону, просите его совета или делайте ему какие-нибудь «взрослые» подарки, например, шариковые ручки для письма.
* Упрямство, непослушание и негативизм ребенка воспринимайте как временные, преходящие проявления, которые неизбежны в период кризиса.
* Чтобы ваши объяснения были простыми и понятными, вырабатывайте четкие единые требования к малышу: что надо, что можно, чего нельзя,– и руководствуйтесь ими. Ребенок чувствует непостоянство окружающих взрослых, и если есть малейшая возможность, старается добиться своего, во что бы то не стало.
* Не произносите часто глаголы, тормозящие деятельность детей (не трогай, не бегай, не стучи, не катай и т. д.) В противном случае они утратят свой сигнальный смысл.
* В любой ситуации следует проявлять терпимость. Не нужно подчеркивать свою силу и превосходство над ребенком, противодействуя ему во всем. Необходимо быть рядом с ним.
* Не придавайте большого значения упрямству. Примите к сведению этот приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
* Оставайтесь вовремя приступа упрямства рядом с ребенком и дайте ему почувствовать, что понимаете, как он страдает.
* Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку. Ругать в такой ситуации не имеет смысла. Он сильно возбужден и не может понять.

**Что нельзя делать?**

• Постоянно ругать и наказывать ребенка за все неприятные для Вас проявления его самостоятельности.

• Не говорить «да», когда необходимо твердое «нет».

• Не пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребенка может повыситься чувство ответственности.

• Не приучать малыша к легким победам, давая довод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него станет трагедией. И в то же время не подчеркивать свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всем, – это приведет чуть позже или к безразличию во всем, или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.