В своей практике я часто слышу от родителей 3х летних детей: "С моим ребенком что-то происходит! Он все делает на оборот, упрямится! а ведь всего пару месяцев назад он был спокойным, послушным!"

Такое происходит со всеми детьми 2,5 - 3, 5 лет. Это кризис трех лет.

Некоторые особенности проявления **кризиса З-х лет**

* Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

Как правило, фаза 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**.

* Еще не понятно, кто упрямее,- **родители**, весь день твердящие:

«Ты должен, ты обязан, тебе необходимо…», или ребенок,

упорно протестующий против «обязан», против «должен», хотя бы

в силу того, что это «должен» он просто еще не может выполнить.

Он не созрел для многих наших требований, он только маленький

росточек.

Как преодолеть капризы?

Сначала нужно понять причины капризов и упрямства. Ими могут быть:

- Нарушения режима дня.

- Обилие новых впечатлений.

- Плохое самочувствие во время болезни.

- Переутомление (физическое и психическое).

Преодолеть капризы можно, если:

! Все члены семьи будут иметь единые требования к ребенку.

! Будут тверды в позиции, дадут понять значение слова «нельзя».

! Научат ребенка хотеть, т. е. вырабатывать настойчивость в достижении цели.

! Будут развивать у ребенка самостоятельность в совместной со взрослыми деятельности.

**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 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 одно - взять его за руку и увести.

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

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

Не считайте ребенка «избалованным» или «испорченным», помните, что это естественный этап его развития.

**Любите своего ребенка таким какой он есть!**

Материал подготовила Никитина Н.Б., педагог-психолог