**Выступление на родительском собрании**

**Этот сложный возраст. Кризис 3 лет**

Дети взрослеют, становятся умнее, и нам с вами хотелось бы, чтобы проблем в общении, во взаимодействии с ними становилось меньше, но так не происходит. Сегодня мы вместе попытаемся найти причины изменений в поведении детей 3–4 лет.

Важнейшая особенность этого возраста – это осознание ребёнка самим себя как отдельного человека со своими желаниями и возможностями, ребёнок в этот момент ощущает себя самостоятельным и взрослым человеком. И если раньше ребёнок совершал действия по подражанию, то сейчас он хочет действовать сам. Однако младший дошкольник не может в точности повторить действия взрослого, потому что его возможности крайне ограничены. Вот здесь и возникает противоречие между желанием делать самому и возможностями ребёнка. Возникает кризис 3 лет.

Кризис трех лет наиболее точно выражается в формуле «Я Сам!»

Но наряду с развитием положительных качеств личности в этот период (познавательная активность, самостоятельность, первые пробы творчества), возникают и отрицательные (негативизм, упрямство, капризы).

Первые симптомы неповиновения иногда отмечаются уже в 18–20 месяцев, однако наибольшей интенсивности они достигают в период с 2,5 до 4,5 лет.

Длительность данного явления также является условной и обычно составляет всего несколько месяцев. Однако в случае неблагоприятного развития событий кризис может затянуться на пару лет. Что происходит с ребенком в этом возрасте? В чем истинная причина его «ужасного» поведения? Как себя вести родителям, чтобы с наименьшими потерями пройти это период, и максимально сократить его продолжительность?

Если вы водите автомобиль то, наверняка, помните, как вы ездили на нем первое время. Очень осторожно, внутренне сжавшись от страха, как бы не пропустить какой-нибудь дорожный знак, не зацепить бордюр, и не забыть включить поворотник. Но вот наступил счастливый момент, когда вы почувствовали, что машина вас беспрекословно слушается, ваши действия достигли автоматизма, вы полностью контролируете ситуацию, и, самое приятное, что вы стали получать удовольствие от вождения. С этого момента большинство автолюбителей начинает бесшабашно гонять на автомобиле, наслаждаясь этим непередаваемым чувством уверенности в своих силах. Но… до первого дорожно-транспортного происшествия или, хуже того, аварии.

И чем больше критических ситуаций возникает на дороге, тем быстрее автомобилист приходит к мысли о необходимости смотреть на себя со стороны глазами других участников движения. И, соответственно, меняется стиль его вождения. Зачем я все это рассказываю? Чтобы вы лучше поняли, ЧТО происходит с ребенком до 3 лет. Да в точности то же самое! Первые три года ребенок физически и психически зависим от матери, он не отпускает ее ни на шаг, тяжело переживает разлуку. В этот период малыш впитывает в себя, как губка, огромное количество информации. Она накапливается, накапливается, накапливается. Проходит время, малыш становится более развит физически (уже ловко и уверенно управляет своим телом) и психически (его мозг достигает определенной стадии развития).

Ребенок, исследуя пространство, видит результаты своей деятельности, приходит в восторг от осознания того, что может влиять на окружающий мир (если пнуть мячик, то он покатится; если долго ныть, то дадут то, что просишь).

Малыш исследует свойства не только неодушевленных предметов, но и поведение людей, его окружающих. Он подражает взрослым, использует их лексику, «примеряет» на себя разные роли, начинает играть в ролевые игры. Проявляет интерес к сверстникам, начинает взаимодействовать с детьми, играет в совместные игры с ними.

Его уверенность в себе достигает вселенского масштаба: «Ура! Я САМ это умею! Я САМ это могу! Я БОЛЬШОЙ, как мама и папа!». Ребенок начинает осознавать себя отдельной независимой личностью. И. начинает «бесшабашно гонять на автомобиле». Не ведая опасности, и не понимая, почему его постоянно одергивают, что-то запрещают, воспитывают, все решают за него.

Любой кризис – это внутреннее противоречие между «хочу» и «могу». То есть, с одной стороны, многие желания ребенка не соответствуют его реальным возможностям (внутренний конфликт, а с другой стороны, он сталкивается с постоянной опекой взрослых (внешний конфликт).

И что делать в такой ситуации? Сопротивляться или смириться. Другого выхода нет.

Вот малыш и сопротивляется, как может! В психологии существует целый перечень признаков «кризиса 3 лет», так называемое семизвездие (своеволие, упрямство, негативизм, строптивость, протест-бунт, симптом обесценивания, деспотизм). Но это все следствия одной причины, кратко и емко описывающей поведение ребенка в период кризиса трех лет: Малыш стремится сам ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЯ! Еще раз подчеркну. Он стремится не только что-то ДЕЛАТЬ самостоятельно, но и самостоятельно РЕШАТЬ, делать это или нет.

**Своеволие**

Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет.

Понимаю, бывает удобнее сделать что-то за ребенка, ведь так быстрее.

Например, ребенок сам старается шнуровать ботинки или надевать курточку, вы понимаете, что сам он это будет делать долго и навряд ли у ребенка 3 лет получиться самому зашнуровать обувь, и вы делает это за него! Вы лишаете его радости от процесса деятельности.

Что делать? Позвольте малышу попробовать сделать все самому, даже если вы знаете, что это ему не по силам.

Но совсем другое дело, когда он отталкивает мамину руку при переходе через автомобильную дорогу или пытается включить электронные приборы без разрешения родителей.

**Упрямство**

Когда ребенок упрямится, он настаивает на чем-то не потому, что ему этого сильно хочется, а потому, что он это потребовал: "Я так решил!». Например, малыш просит дать ему мяч. Но мяча нет, и мама предлагает ему замену, например, его любимую книжку. Малыш понимает, что книжка намного интереснее, чем мяч. Но все равно настаивает на своем: «Дай мяч!». Почему? Потому что это мама предложила книжку, а не он сам так решил. Что делать? Просто подождите несколько минут. Малыш сам созреет, и сам примет решение - попросит книжку. Удивительно, но факт!

Еще один образец упрямства. Вы зовёте малыша завтракать, однако он отвечает отказом, потому что перед этим сказал, что не голоден (хотя на самом деле на данный момент он проголодался).

Нет нужды переубеждать ребёнка или опять же настаивать на своём. Оптимальное решение – оставить завтрак на столе и предложить малышу принять пищу, когда он проголодается.

**Негативизм и строптивость**

Ребенок поступает вопреки не только родителям, но порой даже своему собственному желанию. Малыш отказывается выполнять просьбы не потому, что ему не хочется, а только потому, что его об этом попросили.

Например, мама предлагает идти на прогулку. Малыш, который обожает гулять, почему-то заявляет: «Не пойду!». Почему? Потому что это мама предложила идти гулять, а не он сам так решил!

Что делать? Попробуйте вместо утвердительной формы "Идем гулять!" просто спросить малыша о его желании: «Солнышко, мы гулять пойдем?».

**Протест-бунт**

Протест-бунт ребенка – это ответ на давление со стороны родителей, и их желание все решать за малыша («Не кричи!», «Не ломай!», «Садись за стол!», «Одень тапочки!»).

Бурная энергия ребенка должна найти выход в виде деятельности. А если ее сдерживать, то она выливается в виде эмоций (гнева, истерик). Любому человеку (а ребенку и подавно) очень тяжело долго находиться в нервном напряжении, и если не наступает разрядка в виде эмоции или какого-либо вида деятельности, то возникает стресс и, как следствие, снижение иммунитета. Ребенок, деятельность которого постоянно сдерживают родители, считая его поведение неправильным, будет искать другие пути освобождения от накопившегося напряжения.

Что делать? Если малыш заходится в истерике, спокойно переждите ее, и только потом объясните, как «правильно» себя вести и почему. Что-либо объяснять во время истерики бесполезно. Так уж устроена психика человека. Во время проявления эмоций человеку трудно сосредоточиться на том, что ему говорят (это принцип доминанты - очаг возбуждения в головном мозге подавляет все остальные).

**Симптом обесценивания**

Изменяется отношение ребенка к любимым вещам и игрушкам (он может бросать их, ломать) и к людям (малыш может стукнуть или обозвать маму грубыми словами).

Это следующий этап исследовательской деятельности ребенка (не путайте с агрессией).

Потом он поймет, что такое его поведение может быть неприятно другим людям. А пока. Пока он подражает взрослым, ему интересно смотреть на их реакцию (а что будет, если).

Что делать? Направляйте энергию ребенка в мирное русло.

Например, если малыш рвет книжку, предложите ему рвать старые журналы.

Подключите свою фантазию, обыграйте неприятный момент с использованием игрушек.

Например, если малыш отказывается одеваться на прогулку, то предложите ему одеть куклу или плюшевого медведя, пусть он поиграет роль взрослого. В конце концов ребенок согласится одеться и сам тоже.

**Деспотизм**

Малыш учится управлять окружающим миром, пытается заставить родителей делать то, что он хочет.

Необходимо понимать, что стремление к лидерству, желание «завоевать место под солнцем» – это хорошая черта характера, которая позволяет человеку быть хозяином жизни, а не слабовольным, ведомой другими людьми. Что делать? Уступайте ребенку в «мелочах». Но в том, что касается здоровья и безопасности самого ребенка и других людей – будьте непреклонны (безо всяких исключений). Позволяете малышу совершать ошибки, ведь сейчас ребенок учится исключительно на собственном опыте. Ему еще сложно понять ваши объяснения и нравоучения, вернее он их понимает по-своему.

**Вывод:** Давайте вернемся к аналогии с автомобилистом. Чем больше критических ситуаций возникает на дороге, тем быстрее автомобилист приходит к мысли о необходимости смотреть на себя со стороны, глазами других участников движения. И, соответственно, меняется стиль его вождения.

Чем больше у ребенка будет опыт самостоятельных поступков и принятия решений, чем больше успехов и (увы) ошибок он совершит, тем быстрее пройдет кризис, тем быстрее он научится ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ с людьми. Поймите, ребенок рано или поздно возьмет свое (природу невозможно обмануть). Все, что он недополучил в положенное время, он будет стремиться восполнить в более позднем возрасте. В ваших силах вовремя почувствовать потребности ребенка и не растягивать этот процесс на годы. От того, как вы себя будете вести себя с ребенком во время этого кризиса, зависит, сохранит ли ваш малыш активность, упорство в достижении цели, будет ли продолжать стремиться к самостоятельности. Или он сломается и станет безропотно послушным, безвольным, зависимым человеком с заниженной самооценкой.

**Что же делать при кризисе 3-х лет?**

**Предоставьте ребёнку самостоятельность.**Пусть посильные дела делает сам. Предусматривайте в своём расписании запас времени на самостоятельное одевание ребёнка, позвольте ему сделать какую-либо работу по дому, то что вы собирались сделать сами. Пусть учится быть **самостоятельным**, хоть это и занимает больше времени для решения задачи. Зато ребенок **самостоятельно будет развивать свои способности**, получать новые знания и ощущения. Развитие самостоятельности полностью зависит от взрослого, от вашего желания уделить время на обучение ребенка. От того как вы будете помогать ребенку становиться самостоятельнымили правильнее будет сказать: не будете мешать ему в этом, сформируется умение ставить и добиваться целей, быть целеустремленным. Что в итоге даст благоприятную почву для формирования познавательного интереса к умственной деятельности ребенка.

***Основной ошибкой родителей при воспитании самостоятельности у детей 3 лет – это чрезмерная опека. Не стоит постоянно ограждать малыша от неудач. Помните, на ошибках учатся. Главное, быть внимательным, чтобы кроха не поранился или не навредил себе. В остальном, предоставьте ему свободу. Ничего, если он испачкается за обедом или неверно расставит посуду, похвалите и поблагодарите его, скажите, что в следующий раз, у него получится все еще лучше!***

**Переключайте внимание ребёнка.**Если вы предполагаете поехать в гости к бабушке и ожидаете, что это предложение ребёнок встретит отрицательно, то предложите ребёнку выбрать наряд, в котором он поедет. В результате внимание ребёнка будет сконцентрировано не на решении, ехать к бабушке, или нет, а на выборе наряда, в котором он поедет.

**Негативизм ребёнка можно использовать в своих целях.** Например, если вы хотите пойти с ребёнком на прогулку, то можно предложить ему остаться дома. Ребёнок, естественно, вам возразит и скажет: «Нет! Пойдём гулять!».

**Поощряйте инициативу и самостоятельность малыша.** Если ребёнок пытается начать делать то, что ему пока не под силу, помогите ему. Научившись выполнять что-то в сотрудничестве со взрослым, вскоре ребёнок это сможет делать самостоятельно.

 **Не акцентируйте внимание на капризах и истериках ребёнка.** Во время истерики не стоит удовлетворять требование ребёнка (иначе такое поведение ребёнок будет демонстрировать всё чаще и по меньшим поводам). Если начать ругать ребёнка во время подобной истерики, то это только усугубит кризис. Поэтому в такие моменты постарайтесь переключить внимание ребёнка на что-то другое и не замечайте его истерик. Просто продолжайте выполнять свои дела. Не видя вашей ответной реакции, ребёнок быстро успокоится.

 **Периодически просите малыша вам в чём-нибудь помочь**. Это поможет ему стать самостоятельнее и ответственнее. Плюс, это будет являться хорошим примером социального взаимодействия между людьми.

 **Не забывайте про творчество**– больше рисуйте с ребёнком, лепите из пластилина, вместе делайте поделки, играйте в песок. Творчество очень хорошо помогает справиться с эмоциями.

 **Режим дня полезен для структурирования жизни ребёнка.** Он помогает формировать волю, которая так нужна для овладения своим поведением. Режим дня можно наглядно отразить на плакате в виде пиктограмм.

 **Ведите себя с малышом как с равным вам человеком.**Благодарите его за помощь. Спрашивайте разрешение, когда хотите взять его игрушку.  Уважайте личность ребёнка. Ребёнок в этом возрасте хочет, чтобы родители знали, что рядом с ними находится не ребёнок, а взрослый человек.

**Родителям всё же нужно уметь говорить резкое «нет».** Это необходимо делать, когда действия ребёнка нарушают технику безопасности, например, если ребёнок засовывает ножницы в розетку или поворачивает ручки газовой плиты, желает идти на прогулку без шапки, бегает босиком по холодному полу и т.п.

**Желание ребёнка быть взрослым можно использовать в своих целях.** Например, если нужно перейти дорогу, то можно попросить ребёнка вас перевести. Это намного лучше стандартного: «Так, дай сюда руку, сейчас будем переходить дорогу». В первом случае все останутся довольными, а во втором случае вы подпортите настроение ребёнку (а он вскоре вам).

 **Если ребёнок начал истерику в людном месте (а дети любят работать на публику), то лучше всего его перенести в другое, менее людное место.** Например, если ребёнок на детской площадке лёг на землю и стучит кулаками (в истерике), то лучше его взять и перенести в сторону. Там его следует положить в такое же положение и подождать пока истерика закончится (если вы не будете реагировать на истерику, то она быстро закончится). Во время подобных истерик бесполезно что-либо объяснять ребёнку. Дождитесь окончания.

**Следите за собой.**Многие слова и поступки ребёнок копирует у своих родителей.

**Озвучивайте для ребёнка его переживания и чувства.**Это позволит ему лучше понять свои чувства и увидеть, что вы понимаете его состояние. Если вы видите, что ребёнок упал и плачет, скажите ему, что он упал, ударился, ему больно, и поэтому он плачет. Если ребёнок играл и сломал любимую игрушку, скажите: «Ты расстроился из-за того, что сломал игрушку. Тебе жаль её. Поэтому ты заплакал». Если ребёнок радуется тому, что у него получилось что-то сделать, так и скажите: «Ты нарисовал хороший рисунок и очень рад. Тебе приятно, что ты смог нарисовать такой рисунок. Ты гордишься». Озвучивание эмоций и чувств поможет ребёнку разобраться в них и лучше понять себя.

Следует обратить особое внимание на следующие моменты:

* Если в столкновениях со взрослыми всегда побеждает ребёнок, он начинает переоценивать себя и свои возможности.
* Если сильная воля родителей во всем подавляет развивающуюся волю малыша, можно получить невротика.
* Воспитывайте ребенка не замечаниями, а на своем примере.
* Больше всего дети в кризисный период нуждаются в поддержке, понимании и терпении любящих взрослых.
* Если родители поощряют желание ребёнка самостоятельно принимать решения и предоставляют ему возможность свободного выбора, он быстрее начнет вести себя более ответственно.
* Терпение не означает вседозволенности, а поддержка – беспрерывного восхваления любых детских проявлений.
* Следует помнить правила использования слова «нельзя»: запретов должно быть немного, чтобы у ребёнка оставалась возможность выбора форм поведения и развития функции самоконтроля; запреты должны быть согласованы между всеми членами семьи (маме и папе нужно выступать единым фронтом, не внося сумятицу в сознание ребёнка); запреты нужно высказывать доброжелательно, но твердо, не позволяя ребенку использовать шантаж для достижения своих целей (лучше это сделать, переключив внимание ребенка на что-нибудь другое).
* Покажите малышу разрешенные способы отработки негативных эмоций.

 Такие эмоции, как обида и злость, прекрасно «отыгрываются» в подвижных играх. Побросайте с малышом мячик, устройте бой на воздушных шариках, поиграйте в кричалки или сопелки по примеру Винни-Пуха, поколотите непослушную глину, из которой никак не выходит мишка. Будьте сами как можно более эмоциональны в этих играх. Играя с ребёнком, вы не только поможете ему освободиться от неприятных эмоций, но и сможете ненавязчиво проследить за тем, чтобы «буйство» не вышло за рамки допустимого и безопасного. Кроме того, малыш поймет, что в любых ситуациях вы его любите, стремитесь понять и поддержать. Он будет более откровенен с вами, а значит, вы легче сможете помочь ему в трудные для него моменты. Также вы можете рассказать малышу о том, что с вами тоже случались похожие неприятности в детстве, и поделиться опытом, как можно избавиться от них. Ребенок будет благодарен вам за откровенность, для него это знак поддержки и доверия. Только не ждите, что он тут же воспользуется именно вашим рецептом выхода из сложной ситуации. У него должно созреть свое собственное решение.

На протяжении жизни взрослеющий ребенок еще не раз столкнется с кризисами определенного возраста, ведь кризис 3 лет возрастная психология считает начальной точкой на пути становления личности.

Успешно преодолев кризис 3 лет, ребенок становится относительно независимым от окружающей его среды. Он осознает себя как отдельную личность, достаточно ловко и независимо передвигается, может обслуживать многие свои потребности. Он начинает овладевать собой и своим поведением – может сам решить, чего он хочет, что и как ему надо делать, что хорошо и что плохо. Он постоянно и интенсивно учится – но только тому, в чем испытывает необходимость, что его интересует.

Период «упрямого» кризиса – серьезное испытание для родителей и детей. И тем и другим приходится многому учиться, но это стоит того. Можно сказать, что это время – залог ваших будущих отношений с ребенком.