**Как предотвратить, или смягчить возрастной «кризис» детей 2-3 лет**

 На третьем году жизни дети становятся на много активнее. Продолжает развиваться произвольная предметная деятельность, ситуативно-­деловое общение ребенка и взрослого: совершенствуются восприятие, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Активно развивается активная речь детей. К 3 годам речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

 Для детей этого возраста характерна импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. С одной стороны, дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников, но в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого.

 У него формируется образ своего «Я», свое отношение к окружающим и происходящему. Если же в это время 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)

 Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: отрицанием, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

 Если на 1-м году жизни ребенка не было нарушений в системе родители-ребенок, то к "кризису 2 - 3 лет" он должен подойти, имея внутри себя полную уверенность в любви к нему матери и отца, с удовлетворением потребности в безопасности и привязанности. В зависимости от различных окружающих малыша условий этот возраст может пройти либо относительно спокойно для родителей и самого ребенка, либо может проходить весьма бурно и в какой-то степени повлиять на всю дальнейшую жизнь ребенка.

 Очень часто мамы 3-х летних детей говорят: «Я не узнаю своего ребенка». С ребенком все сложнее бывает договориться, он становится упрямым, все воспринимает в штыки, активно сопротивляется воздействию взрослых, злится, плачет. И если совсем недавно можно было найти компромисс, то сейчас это оказывается невозможным. Появляется «я сам», которое, увы, проявляется иногда не там и не тогда, когда хотелось бы. Естественно, для подчеркивания этой самостоятельности малышу необходимо как-то проявить себя, а проще и доступнее всего это можно сделать путем проявления негативизма и своеволия.

Только через «нет», «не хочу» и «не буду» ребенок может заявить о себе, дать понять родителям, что теперь они должны считаться с его мнением. С этим новоприобретенным навыком ребенок первое время не может расстаться, как с новой игрушкой, и потому непрерывно отрицает все подряд. Упрямство и бурные истерики с бросанием на пол предметов и игрушек, криком и даже припадками удушья — нормальное явление для кризисного периода в жизни ребенка; истерики случаются у всех детей.

 Начинать беспокоиться родители должны только в том случае, если эти истерики приобретают постоянный характер и происходят по несколько раз в день. Истерики — главное оружие малыша, он устраивает их с целью сломить волю родителей и добиться своего.

 Поддавшиеся родители будут сталкиваться с ними все чаще и чаще, а в более отдаленной перспективе могут обнаружить, что их ребенок превратился в манипулятора, использующего родительскую любовь и жалость в собственных интересах. Если ваш ребенок кричит, пинается или дерется, устраивая беспорядок, постарайтесь не отвечать агрессией на агрессию, в этом случае, ребенок сделает вывод: мир не зависит от моих чувств, есть что-то постоянное в этом мире - например, материнская любовь. Ребенку, для которого такое открытие произошло, впоследствии будет необходимо гораздо меньше криков и истерик, чтобы его точку зрения приняли.

 В этом возрасте ребенок нащупывает границы своего психического пространства, и чрезвычайно важным моментом являются запреты, с которыми он встречается. Конечно, запреты должны быть обоснованы, и по большей части должны касаться безопасности и здоровья вашего ребенка. Очень важно, чтобы все взрослые, окружающие ребенка придерживались единого взгляда на эти запреты и никакие истерики ребенка не могли бы запрет упразднить. В этой ситуации требуется терпение, важно понять, что ребенок ведет борьбу за свое место, за свое пространство с явно превосходящими его силами взрослых, которые в свою очередь могут помочь найти форму для проявления этих чувств. Взрослые должны понять его, а не он - взрослых. А взрослые часто требуют понимания от малыша, не желая и не умея понимать его. Выдвигая на его «нет» свое взрослое «нет», на корню уничтожая возможность его автономности.

 Для того чтобы поддержать у ребенка стремление к самостоятельности и сохранить при этом свой авторитет, родители должны провести четкую границу между тем, что ребенок уже может решать сам, и тем, что пока не должно обсуждаться. Если родные смогут показать малышу, что прислушиваются к его мнению, этот негативизм в скором времени будет забыт. Важно помнить, что если разумно себя повести, то. за кризисом непременно последует время спокойного развития.

 *Истерику легче предотвратить, чем остановить.*

 Добиться спокойствия ребенка можно путем уговоров, объяснений, почему нельзя сделать то, чего он требует, можно также попробовать переключить его внимание на что-то другое. Самый простой способ предотвратить крики и плач — это согласиться с ребенком, если удовлетворение его требования не таит в себе угрозы для здоровья малыша или окружающих. Не стоит добиваться послушания ради самого послушания и ни в коем случае нельзя навязывать ребенку свое мнение. В этом кризисном возрасте происходит становление волевых качеств малыша. Он должен ощущать собственную самостоятельность в принятии решений, и поэтому отказать ему в праве выбора или решения означает коренным образом подорвать становление целеустремленной и самостоятельной личности.

 Естественно ребенку в возрасте двух-трех лет не следует предоставлять полную свободу, но и со стремлением малыша к самостоятельности бороться не следует, поскольку научиться чему-то новому он может, только попытавшись сделать это сам. Для того чтобы ребенок мог развиваться свободно и гармонично, он должен иметь возможность добиваться всего методом проб и ошибок. Делать это, разумеется, нужно под постоянным контролем со стороны взрослых. Очень важно поощрять ребенка в случае даже самого незначительного успеха, и тщательно анализировать вместе с ним каждую неудачу, терпеливо объясняя малышу, почему так получилось и стоит ли попробовать еще раз. Только осознав причину своей неудачи, кроха предпримет новые попытки, и в конце концов добьется успеха. Для того чтобы укрепить в ребенке становление его как личности и при этом добиться своей цели можно и нужно самим ставить малыша перед выбором пользуясь вопросами-уловками. Например, перед едой можно дать ребенку разные тарелки, чтоб он мог сам выбрать ту, что ему нравится, или перед выходом на прогулку спросить, куда он хотел бы сегодня пойти, какую игрушку хотел бы

взять.

 Если по какой-то причине истерика все же началась, главное — сохранять спокойствие.

 **Придерживайтесь следующих стратегий:**

* Не обращайте внимания на все провокационные действия, дожидаясь, пока малыш успокоится сам, можно даже оставить его в комнате одного, продемонстрировав тем самым, что такую форму протеста родители не приемлют совсем. Практика показывает, что, оставшись в одиночестве, ребенок очень скоро прекращает плакать и находит себе более интересное занятие, или сам начинает искать контакта с родителями. Если же истерика затягивается, можно пожалеть малыша, успокоить его, вновь попытаться переключить его внимание.
* Отвлекайте, переключайте внимание ребенка на другой, не менее (а лучше и более) сильный эмоциональный или информационный стимул, которым он может активно заинтересоваться;
* Попробуйте заинтересовать ребенка сделать то дело, которое он делать не хочет, предложите сделать его вместе, тем самым дав понять малышу, что он уже достаточно взрослый, для сотрудничества (вместе - это значит вы делаете "половину" дела, к примеру, если нужно собрать игрушки, вы даете игрушку ребенку, а он ставит на полку или он дает вам, а вы ставите на полку);
* Используйте игровой, творческий подход - практически любое действие можно обыграть, к примеру, если нужно одеться, можно представить, что вы волшебники и одеваете волшебную одежду, чтобы участвовать в чем-то волшебном. Если нужно куда-то идти, а ребенок упрямится, можно представить себя путешественником в волшебной стране и спрашивать дорогу, скажем, у говорящих водосточных труб, люков, машин и т. п. - скучная дорога сразу превратится в увлекательное путешествие;
* Что касается физического наказания, то тут нужно понимать, что ребенок, конечно же, не сможет дать вам силовой отпор, поэтому с вашей стороны применение «запрещенного» метода - всего лишь использование своей исключительной возможности (поскольку вы сильнее, но по отношению к ребенку это насилие и унижение.

 Ребенок успокоился, теперь можно объяснить ему, что, свое мнение нужно спокойно высказывать и если родители что-то запрещают, значит они делают это не без основания, а лишь заботясь о нем. Чаще повторяйте малышу, что вы его любите и хотите ему только

добра.

 Самое главное — не допускать, чтобы в результате истерики ребенок принудил родителей сделать, как он требовал, тем самым вы непроизвольно поощряете такое поведение. Когда малыш поймет, что истеричное поведение не дает желаемых результатов, и вы каждый раз непреклонны и не поддаетесь на провокации, он перестанет использовать данный способ манипуляции.

 Помните, что истерика ребенка это не обязательно способ «добиться своей цели», она может быть результатом разочарования, переутомления из-за несоблюдения режима дня, отсутствия необходимого внимания от вас или даже болей или проблем с пищеварением! Постарайтесь определить причину истерики и воздействуйте на нее, однако, если это просто каприз или выражение своего «Я»- будьте терпеливы и рассудительны, тогда у вас все получится.

 **Терпения Вам**