**Кризис 3 лет и как с ним справиться**

(Памятка для родителей)

Подготовила: Северчукова М.А., воспитатель

1. Результат *кризиса* – первично осознанная личность ребенка, который учится проявлять себя в выражении чувств, моделей поведения, реакций на очень радостные, неприятные ситуации и соотносить это с разумными границами общества.

2. Поощряйте инициативу и самостоятельность ребенка *(контролируйте не заметно, если этого требует ситуация)*.

3. Принимайте и любите своего ребенка таким, как есть, со всеми неприятными, негативными проявлениями его личности. Показывайте ему свою доброту, любовь и ласку!

4. Дети воспринимают все буквально. Думайте о том, что и как вы говорите ребенку! Говорите *«Горжусь тобой»*, *«Я люблю тебя»*, *«Меня порадовало сегодня, как аккуратно ты смог поесть»* и т. п. Говорите не *«Ты грязнуля»*, а «Мне неприятно, когда так пачкают одежду, будет мокро, грязно. Постарайся есть аккуратнее!».

5. Показывайте ребенку, как и что можно делать с разными предметами; как и где он может проявлять свою индивидуальность (не рисовать на обоях, а рисовать на листе и повесить этот рисунок на стену).

6. Запрещайте только то, что опасно для жизни ребенка и окружающих. Уменьшите употребление слова *«нет»* до разумного предела. В ответ на отказ ребенок в *кризисный* период часто может показать вам один из симптомов *кризиса*.

7. Будьте последовательными в предъявлении требований к ребенку. Если есть запрет на что-то, то запрет действует всегда, в оговоренное время и со стороны всех членов семьи.

8. Будьте терпеливы! Старайтесь не отвечать агрессией, криком, истерикой на агрессию/ истерику/ крик ребенка. (Можно, например, сказать *«я ужасно сержусь сейчас!»*, *«я просто в бешенстве от такого крика!»*)

• Взрослые должны уметь хитрить и, дабы избежать конфликт, предоставлять малышу право выбора. Не навязывать правила, а просить. К примеру, попросите своего ребенка перевести вас через дорогу за руку

• Избегайте конфликтов. Не следует вступать с малышом в спор. Не стоит насильно пытаться подавить его упрямство — малыш всего-навсего пытается отработать навыки отстаивания своего мнения

• Нужно уступать своему ребенку в мелочах. К примеру, за обедом позвольте ему сначала съесть любимую котлету, а только потом супчик

• Учитесь договариваться с ребенком, но, в обязательном порядке, выполняйте свои обещания

• Главная задача *родителей* – помочь ребенку мягко *(насколько это возможно)* пройти этот возрастной этап.