

## Как быть в период кризиса 3 лет

- ✓ Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончится в 3,5-4 года. Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.
- ✓ Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по возможности) в дела ребенка, если он не просит.
- ✓ Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят вечером.
- ✓ Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убежать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много, не больше пяти. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).
- ✓ Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.
- ✓ При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное. Вспомнить какую-нибудь собачку или кошечку, которую Вы видели на прогулке.
- ✓ Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать не хорошо. Отложите это дело до тех пор, пока малыш не успокоится. Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.
- ✓ Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по очереди – ложка ему, ложка Диме. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание...
- ✓ Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
- ✓ Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

*Кризис 3 лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!*