**Ответы на часто задаваемые вопросы**

**«Кризис трех лет. Как его преодолеть?»**

Примерно к трем годам Вы начинаете замечать серьезные изменения в своем ребенке: он становится упрямым, капризным, вздорным. Многие не знают, что в это время происходит важный для ребенка психический процесс. Это первое яркое выражение **своего «Я»**. Это его попытки самостоятельно отдалиться от матери, научиться многое делать самому. **Это кризис трех лет**, так называемый кризис «Я сам!»
• Не нужно пугаться остроты протекания кризиса. Яркое проявление ребенка в самоутверждении говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.
• Внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.
Что необходимо знать о детском упрямстве и капризности:
• Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
• Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5 – 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте вещь вполне нормальная.
• Пик упрямства – 2,5 – 3 года, при этом мальчики упрямятся сильнее, чем девочки, а девочки капризничают чаще, чем мальчики.
• Если дети по достижению 4-х лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями.
Чаще всего это результат согласия родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.
**Что могут сделать родители во время протекания кризиса:**
Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как необходимость.
Во время «приступа» оставайтесь рядом, дайте почувствовать ребенку, что вы его понимаете.
Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка!». Ребенку только это и нужно.
Не пытайтесь во время «приступа» что-то внушить ребенку. Это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.
Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет!», оставайтесь и дальше при этом решении.
Не сдавайтесь даже тогда, когда «приступ» у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.
Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня интересная игрушка!», «А, что это там за окном?». Подобные маневры интригуют и отвлекают.
Ознакомившись с этой статьей, Вы сможете более грамотно подойти к проблеме кризиса трех лет и следуя данным рекомендациям - справиться с временными трудностями в поведении вашего малыша!