

Советы для родителей

**Тема: «Как справиться с кризисом
трёх лет?»»**

г.Рубцовск 2024г.

Советы родителям «Как справиться с кризисом 3 лет?»

1. Самая главная рекомендация — уважать самостоятельность ребёнка. Позволять ему выполнять самому какие-то элементарные действия. При этом должны работать и запреты, которые нарушать категорически нельзя (совать что-либо в розетку, включать утюг, брать деньги, кусаться). К 3 годам у него уже должны быть посильные домашние обязанности. Он может убирать за собой игрушки, вытирать пыль, накрывать на стол. Да, его участие замедлит процесс, но поверьте: оно того стоит. Это позволит ему чувствовать себя самостоятельным и нужным. А значит, автоматически отпадёт необходимость доказывать свою взрослость и независимость. Позвольте ребёнку делать самостоятельный выбор: спрашивайте, какую игрушку он бы хотел взять с собой в садик или на прогулку. Какую футболку хотел бы одеть из предложенных вами нескольких вариантов. Ребёнок должен учиться принимать несложные самостоятельные решения.

2. Сохранять спокойствие. Быть терпеливыми. При возникновении у ребёнка вспышки гнева, слез, истерик, проявляйте спокойствие и терпение. Не позволяйте себе кричать и срываться в ответ, если ребенок будет видеть ваше спокойствие, он быстрее успокоится в ответ. Ребенок должен усвоить, что криком, слезами и истерикой нельзя манипулировать родителями.

3. В момент капризов переключать внимание на что-то другое, интересное: посмотреть любимый мультфильм, погулять, угостить конфетой, использовать игровые приёмы. задайте неожиданный вопрос; если ребёнок требует что-либо надрывно, спокойно скажите: «Я дам тебе конфету, (сок и т.д.), как только ты успокоишься и попросишь красиво. Ты умеешь это делать».

4. Иногда предоставлять право выбора в незначительных бытовых ситуациях: какой мультфильм посмотреть, какую сказку почитать, какой сок выпить.

5. Анализировать произошедшее. Ругать и наказывать за какое-то конкретное действие, сделанное здесь и сейчас. Проговаривать с малышом, что он сделал не так и почему это плохо.

6. Не применяйте авторитарный стиль воспитания, откажитесь от гиперопеки.

7. Придерживаться единого стиля воспитания. Если мама не разрешает есть шоколад перед обедом, а папа балует дочку и позволяет ей это сделать, негативизм будет проявлять себя максимально ярко. «Нет!» в отношении одного и того же действия ребёнку должны говорить все члены семьи: родители, бабушки и дедушки, дяди и тётки, старшие дети. Иначе осознания запрета не будет, что усугубит кризис.

8. Собственным примером показывать правильное поведение. Дети в 3 года склонны к слепому копированию. Вы ничего не добьётесь, если сами будете делать то, что им запрещаете.

9. Постоянство запретов. Список запретов должен быть постоянным и не меняться. Если сегодня ребёнку разрешили гулять допоздна, бесполезно требовать от него завтра идти домой своевременно, по режиму.

10. Проводите как можно больше времени вместе. Чаще показывайте ребёнку свою любовь, хвалите, обнимайте его. И, когда ругаете, объясняйте ребёнку, что его самого вы очень любите, вам не нравится, то что он сделал.

Коррекционные ролевые игры, для проигрывания дома с детьми.

«Магазин»

Ребёнок — в роли продавца. Родитель управляет любимой куклой, которая является в данной ситуации покупателем. Она капризничает, всё разбрасывает, плачет, кричит, катается по полу, требует отдать ей товар без денег. Малыш должен не только увидеть со стороны, как ужасно смотрится такое поведение, но и узнать в игрушке себя. Допускается в конце игры сделать вывод: «Ты ведёшь себя так же. Разве это хорошо?».

«Семейка»

Играть может любое количество человек. Ребёнок — в роли одного из родителей. Его задача — уложить своего малыша (это может быть любая игрушка или кто-то из взрослых) спать или накормить. Если игра проводится в первой половине дня, можно разыграть ту же ситуацию, что в «магазине»: капризы, истерики, слёзы. Если время уже ближе к вечеру, всё должно проходить тихо, мирно, спокойно. Пусть он споёт колыбельную, расскажет сказку, укроет, ласково поговорит. В итоге это и на него повлияет умиротворяюще. Он сам быстрее уснёт, когда придёт пора.

«Сказочники»

Родители сочиняют вместе с ребёнком сказки, сюжет которых похож на то, что они проживают каждый день. Например, принцесса утром отказалась есть манную кашу. Из-за этого она поссорилась с папой-королём, тот рассердился и запер её в высокой башне, в которой ей пришлось томиться без прогулок и любимых игрушек. Или непослушный зайчик, который убежал далеко в лес от мамы, заблудился, и его чуть не съел серый волк. Конкретных аналогий с ребёнком проводить не нужно, выводы, как в игре «магазин», не делаются. Он сам должен понять смысл сказки и сказать, почему с её героями случились такие несчастья.