**Как конструктивно взаимодействовать с ребенком 3 лет: рекомендации родителям**

*сетевая консультация*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Структурные компоненты консультирования** | **Содержание** |
| **1.** | **Ключевые слова, отображающие контент (содержание) консультации** | Кризис возрастного развития |
| **2.** | **Краткая аннотация контента  консультации.** | Содержание сетевой консультации отражает особенности возрастного развития и раскрывает родителям способы взаимодействия с ребенком в период его кризиса. |
| **3.** | **Запрос на консультирование** | Родители детей в возрасте 3 лет обращаются с вопросом: как выстраивать общение с ребенком в период его возрастного кризиса?  |
| **4. Консультационный текст.****В жизни каждого ребёнка наступает момент**, когда он вдруг из очаровательного малыша (милого и послушного) **превращается в самостоятельного и независимого человека**. Как правило, эти изменения происходят **примерно в три года**. Психологи называют этот сложный период кризисом трёх лет. В этом возрасте дети сравнивают себя с взрослыми и хотят во всём быть похожими на них. Они ожидают от родителей признания своей независимости и самостоятельности, все чаще повторяют фразу: «Я САМ!» Взрослым необходимо замечать изменения в ребенке и быть готовыми к изменению взаимодействия с ним. Что же такое кризис и как реагировать на ребенка в возрастном кризисе? КРИЗИС 3 лет – важный этап в психологическом развитии ребёнка, который обозначает переход на новую возрастную ступень. Основные симптомы поведения ребёнка в кризисе 3 лет:* ЯРКОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ НЕГАТИВИЗМА – это немотивированное поведение, проявляющееся в действиях и словах, которые намеренно противоположны требованиям и ожиданиям взрослых. Ребёнок противопоставляет себя взрослым и перестаёт выполнять их требования, стремясь делать всё наоборот, не только наперекор взрослым, но часто и в ущерб своим интересам. Например, мама приглашает малыша на прогулку, он соглашается, но вдруг категорически отказывается. Бывает и так, что взрослые сами провоцируют вспышки негативизма. Это происходит тогда, когда используется авторитарная модель взаимодействия, не считаются с его интересами («Ешь быстро, не ори»).
* СТРОПТИВОСТЬ – постоянное недовольство всем. Это как бунт против норм воспитания, установленных ранее для ребёнка, против всего прежнего образа жизни. Авторитарное воспитание в семье, когда родители часто используют приказы и запреты, способствуют яркому проявлению строптивости. Необходимо помнить, что и вседозволенность до хорошего не доводит.
* ОБЕСЦЕНИВАНИЕ личности близких - ребёнок часто ссорится со всеми дома, находясь как бы в состоянии войны.
* ДЕСПОТИЗМ – ребёнок во что бы то ни стало хочет добиться, чтобы исполнилось любое его желание, он хочет стать господином положения.
* РЕВНОСТЬ – когда в семье есть ещё дети, то ребёнок вынужден делить власть над окружающими с братом или сестрой. Такое положение его не устраивает, он изо всех сил начинает бороться за власть. Ревность может проявляться открыто: дети часто дерутся, ссорятся. Но бывает и так, что на глазах у родителей ребёнок стремится показать себя с хорошей стороны и заявляет, что обожает брата. Однако на самом деле ребёнка раздирают внутренние противоречия. Чтобы не произошло подобное, родители должны чутко относиться к потребностям каждого ребёнка. Находить время и обязательно уделять внимание каждому ребёнку.
* ТРЕБОВАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ - ребёнок любой ценой пытается завоевать самостоятельность и самоутвердиться, настаивает на равноправии, разными путями выражает протест против зависимости от родителей. Взрослый не должен стоять на пути детской самостоятельности. Нравственное воспитание начинается с усвоения ключевых слов: «НАДО» и «НЕЛЬЗЯ». Это развивает ориентировку малыша в окружающем мире и обязывает его. Запретов должно быть мало, но они должны быть ТВЁРДЫМИ. Каждому «НЕЛЬЗЯ» противопоставляйте альтернативное «МОЖНО». Например, малыш тянется к очкам бабушки – нельзя! При этом: «Можно очки, которые купили для тебя, они тебе по размеру».
* УПРЯМСТВО И КАПРИЗЫ Ребёнок проявляет упрямство, которое выражается в стремлении поступать по-своему вопреки разумным доводам. Пик упрямства приходится на 3 года. **Мальчики упрямее** девочек. **Девочки капризничают** чаще.

Упрямство следует отличать от настойчивости, когда ребёнок добивается своего потому, что он так решил. Настойчивый – стойкий в своих намерениях, твёрдый, упорный, неотступный в требованиях. Задача взрослых - направлять активность ребёнка в нужное русло. В кризисный период приступы упрямства и капризности наблюдаются у детей по 5 раз в день, а у некоторых до 19 раз. Период упрямства и капризности заканчивается к 4 годам. Кризис трёх лет протекает благоприятно путём перехода ребёнка к игровой деятельности. Если желания малыша намного превосходят его возможности, необходимо **искать выход в ролевой игре.** Научите ребёнка играть во взрослых, беря на себя роль мамы, папы, врача, продавца. Покажите ему несложные действия, которые он может воспроизвести. Поиграйте рядом с ребёнком, он с удовольствием будет вам подражать. Если ребёнок не желает есть суп? Создайте игровую ситуацию и предложите покормить котёнка или куклу. Если ребёнок капризничает? Проявите внимание к ребёнку, возьмите за руку и отведите в сторону, где обстановка спокойнее и постарайтесь переключить внимание: «Смотри, что у меня есть?» Если ребёнок упрямится? Подождите немного и отвлеките «Посмотри, кто там идёт?) **Общение с ребёнком** в период кризиса - это **особое искусство**. Главное - принять его таким, какой он есть, и любить его. Следует ПОМНИТЬ:* Капризы детей требуют зрителей. Не становитесь ими и не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая непослушная девочка» Ребёнок только и ждёт этого.
* В любой ситуации проявляйте терпимость к ребёнку. Не позволяйте выходить из себя.
* Избегайте проявлений превосходства перед ребёнком и проявления силы. Будьте с ним рядом.
* Будьте настойчивы в своих решениях. Если вы сказали - НЕТ», оставайтесь и дальше при этом мнении. Не сдавайтесь, даже если приступ у ребёнка протекает общественном месте. Чаще помогает одно - взять его за руку и увести.
* Не берите ребёнка на руки, если он этого не хочет.
* Нельзя оставлять ребёнка одного.
* Бесполезно во время приступа что-то внушать ребёнку. Ругать нет смысла, шлепки ещё больше будоражат. Переключите внимание ребёнка: «Ой, какая интересная игрушка у меня», «А что там делает ворона?» - подобные приёмы заинтригуют и отвлекут ребёнка.
* Проявляйте спокойствие и терпение.

Чтобы взаимодействие взрослых с ребенком было конструктивным приведем алгоритм из книги Джона Грея «Дети с небес»:1. Чётко скажите, чего хотите от ребёнка: «Я хочу, чтобы ты собрала игрушки и пошла умываться». Очень часто мы формулируем наши послания невнятно: «А может, пора спать?», «Смотри, уже темно». Таким образом мы перекладываем ответственность за решение на ребёнка, и результат предсказуем. Иногда даже простого чёткого озвучивания наших требований достаточно. Если нет, переходим к следующему пункту.2. Проговаривайте предполагаемые чувства ребёнка и проводите причинно‑следственную связь: «Видимо, игра тебе очень нравится, и ты расстраиваешься, когда надо её заканчивать». Когда мы делаем так, ребёнок ощущает, что мы его понимаем, и иногда уже этого хватает для изменения его поведения.3. Используйте торги: «Если ты сейчас пойдёшь в ванную, то сможешь поиграть там в пиратский корабль / я почитаю тебе подольше». Обещается то, что ребёнок любит, но не покупка игрушек или сладкое. Мы же часто поступаем наоборот и угрожаем: если не сделаешь так, как я сказал, то потеряешь. А ведь выстраивание позитивного будущего помогает детям отвлечься от процесса, в который он погружён, вспомнить, что есть и другие приятные вещи.Если дело было только в этом, то ребёнок радостно шлёпает в ванную. Но если всё это затевалось им для того, чтобы выяснить, кто в доме хозяин, то без следующих этапов не обойтись.4. Усильте интонацию: произнесите ваше требование более грозным тоном. Очень часто мы начинаем именно с этого, и тогда всё превращается просто в подавление. Но первые три пункта очень важны, иначе у ребёнка так и не возникнет ощущения, что его понимают. На этом же этапе можно применить один из успешнейших приёмов под названием «Считаю до трёх».5. Если и после усиления интонации ребёнок продолжает буянить, то объявите перерыв. Очень важно понимать, что это не наказание, а пауза для того, чтобы успокоиться и продолжить общаться адекватно. В то же время это обозначение границ: ребёнок имеет право на своё мнение, на эмоции, но окончательное решение за взрослым. Всё так и объясняется: «Я вижу, мы не можем договориться, так что объявляется перерыв на 3 минуты. И тебе, и мне надо успокоиться». Сколько лет ребёнку, на столько минут оптимально устраивать тайм‑аут.В домашних условиях дети выводятся в безопасное пространство (помещение, где нет бьющихся предметов). Дверь закрывается (ещё одно обозначение границы), взрослый остаётся снаружи и спокойно обозначает, сколько времени осталось. Нужно быть морально готовым, что по ту сторону может твориться что угодно. В этот момент не нужно вступать в диалог с ребёнком, иначе всё только затянется. Но благодаря тому, что вы за дверью и спокойно отмечаете, сколько минут осталось, он понимает, что его не бросили и не наказали. Когда время перерыва заканчивается, вы открываете дверь и начинаете с первого пункта.Кризис сопровождается массой позитивных и негативных проявлений в детском организме. Однако следует помнить, что все трудности носят временный и преходящий характер.  |
| 5. | Список литературы и других источников, которые использовались консультантом для подготовки текста консультации. | 1. <https://lifehacker.ru/krizis-3-let/>
2. <https://yandex.ru/turbo/detki.guru/s/vospitanie/vospitaniya-3-letnego-rebenka.html>
 |
| 6. | Фамилия, имя, отчество, ученая степень, ученое звание, должность и место работы консультанта.  | *Колпакова Наталья Владимировна, педагог-психолог высшей категории, доцент КАУ ДПО АИРО им. А.М. Топорова* |