**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«Как помочь ребенку пережить кризис».**

* «Кризис 3-х лет» – это важный этап в психическом развитии ребёнка, знаменующий переход на новую ступеньку детства. Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончиться в 3,5-4 года.
* В период кризиса 3-х лет, как правило, в центре событий оказывается мать, и главная ответственность за правильный выход из этого кризиса возлагается на неё.
* В этот период малыш не только создаёт родителям проблемы, но и страдает сам. Поэтому, если явно видно, что ребёнок очень резко изменился, и не в лучшую сторону, надо постараться выработать правильную линию своего поведения, стать более гибкими в воспитательных мероприятиях, расширить права и обязанности малыша и в пределах разумного дать вкусить ему самостоятельность, чтобы он смог насладиться ею. Не вмешивайтесь (по-возможности) в дела ребенка, если он не просит.
* Ребёнок не просто не соглашается с взрослым (мамой), он испытывает их характер и находит слабые места, чтобы воздействовать на них при отстаивании своей независимости. Он по нескольку раз в день может перепроверять, действительно ли запрещают. И если есть хоть малейшая вероятность «можно», ребёнок добивается своего – не у мамы, так у папы, у бабушек, дедушек. Проявите твердость. Установите четкие запреты. Запретов не должно быть слишком много. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи. Следует правильно сбалансировать поощрения и наказания, ласку и строгость.
* Если взрослые меняют систему требований, то ребёнку трудно понять – почему, и он в отместку твердит «нет». Не следует за это на него обижаться, ведь это обычное слово родителей, когда они воспитывают своего ребёнка, а он, считая уже себя самостоятельным, начинает подрожать взрослым. Поэтому, когда желания малыша намного превосходят реальные возможности, необходимо найти выход с помощью ролевой игры, которая с 3-х лет становится ведущей деятельностью ребёнка.
* Для нормального развития малыша в кризисный период важно, чтобы он ощущал, что все взрослые в доме знают, что рядом с ними не малыш, а равный им товарищ их и друг. Разговаривайте с ребенком как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
* Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за него.
* При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное. Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек.
* Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоиться. Пока же можно взять его за руку и увести в безлюдное место.
* Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой.
* Чтобы кризис прошёл благополучно, самое главное – любить ребёнка такого, каков он есть. Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

***Недопустимые действия родителей в отношении ребёнка:***

* Нельзя постоянно ругать и наказывать ребёнка за все неприятные для родителей проявления его самостоятельности. Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление «сломить силой авторитета».
* Не следует говорить «да», когда необходимо твёрдое «нет». Не пытаться любыми путями сгладить кризис, помня, что в дальнейшем у ребёнка может повыситься чувство ответственности.
* Не следует приучать малыша к лёгким победам, давая повод для самовосхваления, потому что потом любое поражение для него может стать трагедией. И в то же время не подчёркивать свою силу и превосходство над ним, противодействуя ему во всём – это может привести к безразличию или к разным видам завуалированного мщения исподтишка.