***Рекомендации родителям***

***«Как лучше организовать общение с ребенком 3-х летнего возраста»***

Три года – период отделения ребенка от мамы. До этого возраста он не ощущает себя отдельным человеком: все потребности удовлетворяет родитель. Когда малыш осознает: он – [отдельная личность](https://beautyhack.ru/bhmama/deti/dochka-vyrosla-kak-prinyat-chto-tvoy-rebenok-povzroslel), которая может хотеть того, чего не хочет мама, наступает кризис.

Этот период образно можно назвать «я сам!».

Больше всего родителей пугают ситуации, когда ребенок, настаивая на своем, закатывает истерику.  В такие моменты с ним сложно договориться, но, возможно, если подойти к процессу творчески.

Кризис трех лет случается у всех – это обязательная ступень развития. Степень его проявления бывает разной. У некоторых кризис проходит незаметно – 2-3 истерики и все закончилось. У других процесс протекает настолько бурно, что родители с ужасом представляют, как будут переживать подростковый период. Это зависит от особенностей нервной системы, темперамента и других факторов. Ребенок-холерик будет устраивать истерики на любое «нет», флегматик перенесет отказ более спокойно.

**Правило №1: найдите «золотую середину»**

Когда ребенку все запрещаешь (авторитарный стиль воспитания), он бунтует еще сильнее. Если проявляешь чрезмерную гибкость (либеральный стиль воспитания), малыш перестает чувствовать границы. Своими «хочу» ребенок проверяет, как далеко сможет зайти. Найдите «золотую середину!

В семье должны быть:

«красные» правила, которых малыш придерживается и соблюдает вне зависимости от обстоятельств – чаще всего они связаны с безопасностью;

«условные» правила: их нужно соблюдать, но иногда можно нарушать (конфета перед завтраком, например).

«зеленые» правила – то, что он делает сам всегда и везде: решает, что ему взять на улицу, одевается (выбор зависит от родителей).

**Правило №2: не ждите от ребенка «младенческого» поведения**

Родители должны понять: то, что происходит с ребенком – нормально! Не ждите от него «младенческой» формы поведения – не надо делать все так, как сказала мама. Пересмотрите свое отношение к ребенку и осознайте, что у него есть свои желания, не соответствующие вашим. Дайте ему возможность самому проверить этот мир «на прочность» (разумеется, в рамках безопасности).

**Правило №3: диалог**

  Любой отказ должен сопровождаться аргументацией. Общаться с ребенком нужно через «потому что» и «я тебя понимаю». «Я понимаю твои чувства, но не могу тебе купить шоколадку, потому что от нее портятся зубы».

Перед тем, как отказать, подумайте, действительно ли просьба малыша совсем неприемлема, или сегодня это правило можно отнести к «условным». Придерживайтесь выбранной модели поведения. Ситуация, когда вы говорите «нет», а потом меняете его на «да» гораздо хуже, чем истерика.

**Правило №4: позвольте ребенку быть самостоятельным**

Если ребенок просит дать ему помыть посуду – дайте! И неважно, что потом ее придется перемывать – позвольте малышу быть самостоятельным. Не запрещайте бездумно.

**Правило №5: забудьте фразу «прекрати плакать!»**

  Ребенок плачет не из-за того, что вредничает – он расстроен. Дайте ему возможность пережить свое «горе». Посочувствуйте. Проговорите эмоции. «Я понимаю, что ты расстроен, но не могу тебе позволить надеть летние шлепанцы на улицу, потому что сейчас зима и ты простудишься. Давай найдем классные валенки». Обязательно предлагайте альтернативные варианты выхода из ситуации. Выслушайте его и обнимите.

Найдите в себе силы не ограничиваться [фразой](https://beautyhack.ru/bhmama/deti/13-fraz-kotorye-nelzya-govorit-rebenku) «не плачь» – позвольте ребенку понять, что с ним происходит. Вам станет легче, когда начнете относиться к малышу не как к человеку, желающему испортить настроение, а как к расстроенному человеку, нуждающемуся в сочувствии.

**Правило №6: научите ребенка решать конфликты**

Период кризиса трех лет всегда сопровождается конфликтами с родителями. Относитесь к ним, как к тренировкам и научите малыша правильно из них выходить – очень важный навык во взрослой жизни.

Не нужно быть авторитарным родителем – ребенок может перенять эту модель поведения и сделать для себя вывод, что любую спорную ситуацию можно решить с помощью «продавливания» силой.

Не избегайте конфликтов! Малыш может счесть это за правило и в будущем не сможет открыто отстаивать свою точку зрения. Конфликт – нормальная форма общения. Помогите ребенку научиться устанавливать свои правила общения.

**Правило №7: возрастной кризис – не финансовый**

Не нужно принимать специальные меры, чтобы его преодолеть. В норме кризис трех лет пройдет, когда малыш повзрослеет. Его нужно прожить вместе с ребенком.

Когда вы позволяете малышу [самостоятельно](https://beautyhack.ru/bhmama/deti/polnoe-pogruzhenie-ili-kak-rebenok-stanovitsya-centrom-nashey-vselennoy) залезть на горку, это формирует у него позитивное представление о себе («я смог – я классный!»), повышает самооценку и придает уверенности в себе.