**КРИЗИС** – это нормально, обязательно, неизбежно, драйвово.

Конфликт, лежащий в основе кризиса 3х лет - несовпадение желаний ребенка с его возможностями.

Основные **задачи** – увидеть за истериками и капризами **ЛИЧНОСТЬ**, проявление воли ребенка;

- находить возможности «выгуливать» его волю, позволять ему поступать так, как хочется;

- в случаях, когда это невозможно, опираться на заранее установленные правила.

**На что мы больше всего обращаем внимание, того становится больше**!

**Что в фокусе вашего внимания? Какое поведение подкрепляете?**

**УПРАЖНЕНИЯ**

Как выгуливать личность трехлетки?

Придумайте 10 бытовых ситуаций, когда ваш ребенок может сам полноправно что-то решать про себя и свою жизнь.

Например:

* Утром ребенок сам решает, какие ему надеть колготки (трусы, футболку), какие резиночки подобрать для прически.
* Ест на завтрак кашу, но выбирает, что положить в нее – ягоды, изюм, варенье.
* В магазине он может выбрать аромат мыла, которым вы будете мыть руки.
* На прогулке сообразит сам, что ему нужно в вашем мешку с игрушками.
* Придумает, что вы будете делать вечером в субботу, и т.д.

Совместно придуманные и оговоренные правила = спасение от «дурного поведения»:

1. **Говорите о правилах в спокойные моменты**. Заранее, когда вам обоим хорошо и спокойно, вы слышите друг друга и готовы помочь.
2. **Говорите на языке правил**. «Не делай так!» - ваша личная просьба, которую, конечно, тоже надо уважать, но формулировка «У нас так не принято» или «Мы так не делаем» звучит более убедительно. Вместо запрета – **инструкции**!

**СИДИ СПОКОЙНО**

**НЕ СТУЧИ**

**ДАЙ МНЕ РУКУ**

**ПОЛОЖИ КАРАНДАШ**

**НЕ ТРОГАЙ**

**ГОВОРИ ТИШЕ!**

**НЕ БАЛУЙСЯ**

1. **Штрафные санкции вполне допустимы**, если они связаны с реальным последствием нарушения. Например: «Если ты сегодня не соберешь лего в коробку, мы вынуждены будем идти прямо по нему и можем случайно пораниться».

Использовать правило «Светофора»

то, что ребенок может сам решать, что делать и как быть

несколько вариантов развития событий, стол переговоров

есть реальная опасность, родитель решает, объяснения потом

**ИСТЕРИКА**

**ВАЖНО! Поведение ребенка НЕ СВЯЗАНО с тем, какой ВЫ родитель!**

ПРОФИЛАКТИКА

Самые частые поводы:

**Его не понимают**. Он долго рассказывал сюжет мультфильма, как умел, а ему в ответ прилетело: «Что? Да, дорогой, скоро пойдем обедать».

**Решение**. Честно признайтесь, что не расслышали, и попытайтесь придумать другой канал связи. Покажи на картинке / изобрази …

**Его волю не исполняют без каких-либо объяснений**. Нет, тебе нельзя мороженое. Нет, гулять е пойдем.

**Решение. Аргументируйте,** апеллируйте к уже имеющимся правилам и границам.

**Какие-то обстоятельства нарушают его планы**. Хотелось еще покататься с горки, но мама зовет домой обедать. Надо, чтобы брюки лежали на нижней полке, а они оказались на верхней. Планировалось, что ребенок сам нажмет копку лифта, но какой-то случайный попутчик об этом не знал и нажал.

**Решение.** Во-первых, не стесняйтесь выражать сочувствие. Искренне, без издевки в голосе, скажите, что вам очень жаль, что действительно обидно и неприятно, что что-то пошло не по плану. Обнять, погладить, объяснить почему, уточнить какое он видит решение (предлагать несколько вариантов).

В МОМЕНТЕ

**Разум в тайм-ауте, эмоции бушуют.**

- Быть рядом – тактильный контакт (держать за руку, за ногу, поглаживать, если только позволяет), дышите глубоко и ровно (ребенок подстроится).

ЗАМЕЧАЕМ ДО

Ребенок начинает заострять внимание на неприятных мелких деталях (конфета вкусная, но фантик не тот), поникает, если не все удается.

Ребенку тяжело справляться с несовершенством мира.

Помочь предложить любой выбор.

- Идем домой сейчас или сначала покатаемся на карусели?

- Может быть, тебе дать твоего динозавра, он как раз у меня в сумке?

**ВАЖНО! Не менять вопросительного тона!**

Вопросы помогут погасить начинающийся пожар и переключить внимание ребенка на себя самого: на его самочувствие, желания, потребности.