**ПАМЯТКА**

**«Кризис 3 лет»**

***Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризах?***

• Период упрямства и капризов начинается примерно с 18 месяцев.

• Как правило, эта фаза эта заканчивается к 3,5–4 годам (случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная).

• Пик упрямства приходится на 2,5–3 года жизни.

• Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

• Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

• В кризисный период приступы упрямства и капризов случаются у детей по 5 раз в день (у некоторых – до 19 раз).

Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности как удобных способах манипулирования дошкольником своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

**Рекомендации родителям**

• Не придавайте большого значения упрямству и капризам. Примите это как необходимость.

• Во время приступа упрямства оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.

• Не пытайтесь во время приступа что–то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.

• Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-ай-ай!». Ребенку только это и нужно.

• Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

• Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка, штучка!», «А что это за окном ворона делает?» - подобные маневры заинтересуют и отвлекут.

• Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.