**Как помочь ребёнку повзрослеть? Кризис трёх лет**

**Описание:** Данная консультация поможет родителям малышей разобраться в понятии "кризис трёх лет", а также, что делать, как себя вести, как реагировать на некоторые выходки изменившегося ребёнка, а главное, как помочь малышу справиться с самим собой.  
Малыша-ангелочка, которого вы родили около двух с половиной лет назад, исчез. Появился маленький монстр, деспот, эгоист, он издевается, проверяет нервы на прочность и с интересом любуется на вас, когда вы вне себя. Это кризис трёх лет. Первые два – кризис новорожденности и года – прошли незаметно и благополучно, а вот что делать с этим? Не обращать внимания, жить как раньше – невозможно. Что с ребёнком? Всё в норме. Дитятко прожило достаточно времени, ориентируясь на вас: ваше настроение, поведение, действия, манеры воспринимались ребёнком как его собственные. И вдруг такая находка – «Я». «Я – личность», есть мир, и есть «Я». Но эту находку нельзя потрогать, попробовать на зуб, разобрать, ей можно позабавиться, только проявляя в поведении, чем дитё охотно и занимается: ноет, закатывает истерики, выражает строптивость.

В простонародье таких детей по-разному называют. Возрастные же психологи говорят, что кризис развития нужен для формирования личности ребёнка. А вот как пройдёт этот кризис и каким после станет ребёнок, зависит от взрослых. Поэтому вот вам руководство к действию. Наберитесь терпения. Упрямство, строптивость, негативизм, своеволие, бунт, деспотизм, обесценивание человеческих норм поведения – характерные черты этого периода. Не думайте, что «вам достался» несносный ребёнок, он просто ещё не научился себя вести. Он не знает как «играть» со своей находкой «я».  
- Малыш обнаружил свою личность, но не в курсе, какая она – хорошая или плохая. Именно в этот период закладывается самооценка, а значит, задача родителей – не скупиться на одобрения, не критиковать без веских причин.  
- Ребёнку важно всё делать самому, и это не только есть, одеваться, чистить зубы – так развивается его самостоятельность; сейчас же формируется и независимость, а значит – важно и решения самому принимать. Уступайте ребёнку, выстраивайте общение так, чтобы он имел возможность переубедить вас, хотя бы в мелочах, «мелочь» ведь для вас, а для ребёнка всё существенно.  
- Упрямство – своеобразный тренажёр воли, не изводите его на корню, идите на разумные компромиссы.- Зная об особенностях периода, смените тактику. Нравится ребёнку проявлять упрямство, вредничать, поиграйте с ним так, чтобы он мог реализовать эти свои черты, выпустить пар в игре.. Запрещая что-либо понарошку, не будьте слишком серьёзны, развлекитесь вместе, посмейтесь над детским непослушанием. Здесь главное, чтобы малыш точно понимал, где игра, а где реальные требования.

- Надо заметить ещё и то, что весь негатив кризиса выливается на человека, который ближе всех в общении. Мама часто может слышать в этот период от отца, бабушек, нянь, воспитателей: «С нами он (ребёнок) так себя не ведёт!». И понятно, ведь всё предшествующее время малыш жил именно мамой (или тем, кто её заменяет), поэтому сейчас противопоставляет себя данному человеку с особым усердием.  
- Часто в этот период дети становятся невозможными нытиками. Идите снова на хитрость: делайте вид, что не понимаете неразборчивую речь, но очень хотите узнать, в чём её суть. Ноет, что хочет сок, переспросите- Хуже нытья только истерики. Соберите волю в кулак и не обращайте внимания, пусть орёт, катается по земле, главное, чтобы без травм, остальное – пусть. От вас не должно быть никаких эмоций: ни положительных, ни отрицательных. Не обсуждайте это происшествие. Симулянт должен знать: вас этим не проймешь, вам НИКАК, вы НЕ ЗАМЕТИЛИ, что случилось. Если ситуация не позволяет «оставить истерику без внимания», попробуйте отвлечь (только не выдать желаемое); не получилось – пожалейте, обнимите, «переведите стрелки» на сказочный, вымышленный персонаж. (Мне очень жаль, но Баба-Яга запретила тёте продавать нам эту игрушку.) Но жалеть и отвлекать – это крайняя мера, истерика должна быть проигнорирована! И помните – все наладится. Результат прохождения кризиса – становление воли, самостоятельности, гордости за свои достижения. Успехов

**«Дорога к обеду ложка или…..»**

Именно с этой знаменитой поговорки хочется мне начать свою статью. Хотелось бы спросить

игрушка, реклама по телевизору, книжка с картинками и наконец, обещанная конфетка за съеденную кашу. Почему малыши так неохотно садятся за стол? Каждый ребенок индивидуален и, поэтому в каждом случае стоит рассматривать причины плохого аппетита отдельно, для каждого. Причиной отказа от пищи чаще всего являются родители. Родители большие паникеры, а нужно всего лишь разобраться, почему ребенок не хочет есть. Существует несколько причин, и из каждой можно найти выход. Стоит лишь приложит немного усилий, а главное, не отступать от правил и каждый день выполнять их, даже если сегодня выходной или пошли в гости и казалось бы можно расслабиться, и дать возможность ребенку самому решать есть ли ему борщ или торт на завтрак, обед и ужин.Нужно всегда помнить, что здоровье закладывается в раннем возрасте, особенно это касается пищеварительной системы.

1.      При приготовлении пищи не учитываются вкусовые предпочтения ребенка. Порой малыш любит гречку, а мама, прейдя усталая с работы, приготовила на всю семью борщ и совсем нет сил готовить еще отдельные блюда. Но на самом деле приготовить что-то отдельно для малыша отнимет не так много времени, а главное доставит истинное удовольствие наблюдать, как любимое чадо уплетает свой ужин за обе щеки.

2.      Ребенок перекусывает между приемами пищи. Отказать малышу очень сложно, если он просит конфету или печенье. Но, итогом проявленной родителями слабости обязательно станет отказ ребенка от пищи.

3.      Плохой аппетит после болезни. Очень важно после болезни не пичкать ребенка насильно едой, пусть он кушает часто, но понемногу, и старайтесь готовить ему любимые блюда.

4.      Ребенка принуждают кушать. Нельзя насильно заставлять ребенка съесть что-то, угрозами невозможно добиться положительного результата, это вызовет лишь отторжение и отвращение от пищи.

5.      Повышенные требования и запрет. Родители пытаются уловками заставить ребенка покушать, предлагаю то конфету, то посмотреть мультфильм, то поход в зоопарк. Но, к сожалению, большого эффекта достигнуть, таким образом, тоже не получится. Кушая перед телевизором, ребенок, совершенно не прожевывая пищу, будет ее глотать, да и конфетыи зоопарк также не приведут к желаемому результату.

6.      Влияние времени года на аппетит. Понятно, что в жаркое время года не столько хочется кушать, сколько пить. Поэтому целесообразно будет предложить ребенку не горячее жидкое блюдо, соки и прочее.

Ну и конечно, не малую роль играет оформление детского блюда, но здесь уже нужно опираться на фантазию мамы. Бутерброды в виде заснувшего медвежонка под одеялом, колбаской; смешарик совунья с большими глазами из яичных желтков; вагончики из ломтиков батона с колесиками из морковных кружочков и так далее…Обязательно привлекайте своего ребенка к приготовлению пищи, пусть оказывает вам посильную помощь: подать тарелочку, полотенце, придержать вместе с мамой блендер. Особенную радость вашему малышу доставит творить сказку из продуктов вместе с мамой, а там, за работой и аппетит разыграется. Внешняя привлекательность блюда, особенно для маленьких детей, имеет большое значение, поэтому родителям необходимо использовать это на сто процентов.

Будьте внимательны к своим детям, любите их, и они обязательно ответят вам отменным аппетитом! И помните, дорога все-таки к обеду ложка, приятного Вам аппетита!

**О роли сказок в воспитании детей**

Сказка – великая духовная культура народа, которую мы собираем  
по крохам, и через сказку раскрывается перед нами тысячелетняя история народа.  
Сказка всегда присутствует в нашей жизни: мы её слышали в детстве, рассказываем своим детям, внукам. Сколько себя помним, рядом с нами «Колобок», «Репка», «Лиса и волк»… Русские народные, сказки народов мира, авторские: бытовые, волшебные, о животных. Ребёнок любого возраста обязательно скажет, что сказки - это Пушкин.   
Никто точно не знает, когда появилась первая сказка. Она с давних времён живёт среди людей. Из истории известно, что у наших предков было принято не наказывать повинившихся, а наставлять на путь истинный посредством сказки, рассказа, поучительной истории. Чтение сказка считается самым древним методом познания и воспитания. Общаясь с нашими детьми через сказку, мы передаём им знания о духовном мире, о предназначении человека в обществе, воспитываем их, развиваем внутренний мир, излечиваем от страхов, переживаний. Сказка даёт знания о жизни, законах бытия, пробуждает творчество, фантазию, воспитывает любовь к Родине, труду, учит уважать старших, защищать слабых, помогать больным и немощным. Однозначно, народная сказка способствует формированию определенных нравственных ценностей, идеала. Девочек нацеливает на «красну девицу», которая обязательно рукодельница, и умом, и лицом красавица, для мальчиков - добрый молодец (обязательно отважный, смелый, сильный, честный, добрый, трудолюбивый, готовый в любую минуту защищать свою Родину). Такое совершенство для ребенка - далекая перспектива, к которой он будет стремиться, сверяя с ним свои дела и поступки. Высшая цель, поставленная в юном возрасте, во многом определит его как личность. Взрослым необходимо знать мечту малыша, чтобы вовремя корректировать и устранять негативные моменты.  
Считается хорошим тоном в воспитании читать ребёнку сказку на ночь. При приглушённом свете ночника, мягком звуке родного голоса волшебная история убаюкает малыша, подарит ему добрые здоровые сны. Кроме того, ощущение того, что рядом с ним присутствует близкий человек, положительно влияет на формирование детской психики. Это помогает ему успокоиться, почувствовать себя в безопасности. Ребёнок чувствует, что его любят, о нём заботятся. Очевидно, что польза сказок перед сном действительно неоспорима.  
Учёные уже давно ведут разговор о терапевтической роли сказок, применяя их на психологических тренингах, в виде лечения душевного состояния маленького пациента. К сожалению, современное телевидение загружено в большей степени иностранными мультфильмами, зачастую агрессивными, с жестокими драками, с малопонятными героями, а ведь дети подражают любимым персонажам, перенимают способы их поведения, манеру говорить. Вот почему родителям и педагогам нужно очень строго подходить к выбору сказок, к просмотру мультфильмов.  
И научно, и жизнью доказано, что дети разного возраста очень любят слушать сказки и необыкновенные истории, которые расширяют диапазон их знаний и кругозора, помогают получить необходимые знания о человеке, о жизненных проблемах, пути их решения. Дают понятие о том, что кроме реального мира, существует ещё и волшебный, наполненный чудесами и приключениями, что добро всегда торжествует над злом.  
Полезность сказок бесспорна. На их примере можно «исправлять» «неправильные» черты характера. Так, малышам жадным и эгоистичным, полезно почитать сказки « О рыбаке и рыбке», «О трёх жадных медвежатах», «Сказку о золотом петушке», «Морозко», «Али-баба и сорок разбойников», робким и пугливым, - «О трусливом зайчике», «Трусливый Ваня», непослушным и доверчивым подойдёт «Приключения Буратино», «Снежная Королева».  
У каждого из нас была любимая сказка, которую мы слушали, читали невероятное количество раз. В чём секрет этого литературного жанра? Почему наши дети, да и мы, взрослые, так любим сказки, какова их роль, в чём польза?  
Вспомним, что в старые, древние времена наши предки не спешили наказывать детей, а рассказывали поучительную историю, чтобы провинившийся смог осмыслить своё поведение, сделать выводы и не повторять ошибок. Сказка - очень хороший метод воспитания и обучения детей. Рассказывая сказки, мы передаем опыт наших предков, дополняя его своим, не менее богатым. Посредством сказки ребенок обогащает внутренний духовный мир, избавляется от переживаний и страхов, получает знания о жизни и ее законах, развивает фантазию и творческое начало, учится сопереживать и предвосхищать события. Благодаря сказке ребенок может проиграть негативные роли и чувства, при этом он не будет наказан. Воспитание детей через сказку неоспоримо, ведь она несёт огромный запас знаний прежних поколений. Именно она оказывает ненавязчивое влияние на формирование мышления ребёнка, впитывая информацию через народное творчество. Посредством сказки легче объяснить малышам прописные истины, нежели нравоучения. Сказка - это мощный инструмент обучения малышей и дошколят. Именно на примере героев сказок лучше всего усваивается важная жизненная информация. Яркими примерами моделирующими правильное поведение, являются такие сказки, как «Колобок», «Серенький козлик», «Теремок», «Волк и семеро козлят», «Репка». В них очень ярко показываются разные противопоставления: храбрость и трусость, богатство и нищета, трудолюбие и лень, смекалка и глупость, успех коллективизма и трудность одиночества. На примере сказочных персонажей дети учатся отличать добро и зло, сопереживать положительным героям, мысленно преодолевать с ними трудности и преграды Несколько советов молодым родителям и начинающим педагогам: читать сказку,  
1. концентрируя на ней внимание ребёнка;  
2. с выражением, выделяя интонационно кульминационные моменты;  
3. чётко проговаривая слова;  
4. только одну, для более глубокого осмысления;  
5. выбранную ребёнком (даже пусть в сотый раз!);  
6. анализируя;  
7. попросите пересказать;  
8. желательно перед сном.  
"Нет сказок лучше тех, которые создает сама жизнь".