

## ПРО ДЕТСКИЕ КРИЗИСЫ

Многие детские психологи сходятся во мнении, что для ребенка возрастные кризисы просто необходимы, не пережив их, малыш не сможет полноценно развиваться. В жизни малыша чередуются стабильные и кризисные периоды – это своеобразный закон развития детской психики.

Как правило, кризисы проходят довольно быстро – всего за несколько месяцев, в то время как периоды стабильности намного продолжительней. Но, стоит отметить, что неблагоприятное стечение обстоятельств может значительно увеличить продолжительность кризисного периода, иногда беспокойный период в жизни малыша может длиться год и более. Во время кризиса у ребенка происходит значительный сдвиг в развитии, меняется модель его поведения, обычно, эти периоды кратковременные, но достаточно бурные.

Начало и конец кризиса определить довольно сложно, обычно в это время ребенок практически не поддается воспитанию, не действуют уговоры и договоренности, которые успешно применялись родителями ранее, поведение малыша становится необъяснимым, реакция на различные ситуации довольно бурно. Многие родители отмечают, что в периоды кризиса дети становятся более капризными, плаксивыми, появляются вспышки гнева и истерики. Но, не стоит забывать, что каждый ребенок индивидуален и каждый конкретный кризис может протекать по-разному.

В дошкольном возрасте различают несколько возрастных кризисов:

- кризис 1 года
- кризис 3 лет
- кризис 6-8 лет

Рассмотрим подробнее, как меняется поведение малыша в кризисные периоды и как следует себя вести родителям.

**Кризис 1 года.** Кризис в конце первого года жизни переживают практически все малыши. В этом возрасте многие дети уже начинают самостоятельно ходить, произносят первые слова, пробуют одеваться и кушать без помощи взрослых. Как правило, в это время, ребенок отвечает капризностью на чрезмерное желание родителей помогать ему во всем и опекать его. Новые навыки дают малышу возможность почувствовать себя самостоятельным, но вместе с этим, ребенок начинает испытывать страх, что теряет маму. Девочки, обычно переживают этот кризисный период около полутора лет, а вот у мальчиков эти волнения проходят ближе к двум годам.

Как же вести себя родителям в это непростое время? Во время первого возрастного кризиса малыш испытывает огромную потребность в общении с мамой, он хочет находиться рядом с ней всегда, не отступая ни на шаг. Если маме необходимо отлучиться, то ребенок начинает капризничать и скучать, а по возвращению просится на руки, пытается привлечь внимание к себе различными способами. Маме, для того, чтобы иметь возможность заняться своими делами следует прежде уделить время малышу, поиграть с ним, почитать книги, поговорить. Насладившись присутствием мамочки, ребенок совсем скоро захочет поиграть самостоятельно.

Очень часто родители встречаются с проявлением упрямства в этот период жизни их крохи. Ребенок может отказываться от еды, прогулки, протестовать против одевания. Таким образом ваш малыш пытается доказать свою взрослость и самостоятельность. На помощь вам может прийти любимая игрушка ребенка: машинка или куколка собираются гулять, а зайка хорошо ведет себя за столом.

По окончании этого периода ваш малыш получит новые знания о себе, своих возможностях и окружающем мире, проявятся ранее неизвестные черты характера. Помните, что если этот период пройдет неблагоприятно, то возможно нарушение в правильности развития.

**Кризис 3 лет.** Практически у всех малышей происходят изменения в поведении в возрасте от двух до трех лет – так называемый кризис трех лет. В это время дети становятся капризными, их поведение меняется далеко не в лучшую сторону: истерики, протест, вспышки гнева и агрессии, своеволие, негатив и упрямство – таким своего ребенка вы еще не видели. Все эти проявления кризиса связаны с тем, что именно в этом возрасте ребенок начинает позиционировать себя как самостоятельную личность, проявляет свою волю.

Ребенку необходимо давать возможность выбора, для этого родители должны применять своеобразные уловки, например, позволить малышу самостоятельно выбрать посуду, из которой он будет есть, или из двух кофточек ту, которую он желает надеть на прогулку.

Истерические припадки, швыряние на пол вещей и игрушек в этот период вполне естественно. Беспокоиться стоит лишь в том случае, если ребенок не может выйти из состояния истерики или они повторяются по несколько раз на день.

Постарайтесь всяческими уговорами и объяснениями не допустить того, чтобы у малыша началась истерика, ведь предотвратить ее зачастую легче, нежели остановить. Самое главное, что должны помнить мамы и папы – нельзя допускать того, чтобы в ходе истерики ребенок получил желаемое.

Бывает ли так, что кризиса у трехлетнего ребенка не случается? Скорее, бывает так, что этот период проходит быстро и не вносит значительных изменений в характер и поведение малыша.

**У ребенка кризис 7 лет – что делать?** Кризис семилетнего ребенка, также как и кризис у трехлетки, сопровождается резкой сменой поведения. В этот период создается впечатление, что ребенок не слышит замечания и просьбы взрослых, также ребенок в это время позволяет себе отступить от дозволенных рамок: он пререкается, оговаривается, кривляется. Довольно часто кризис у семилетнего ребенка связан с началом его учебной деятельности.

Стоит помнить, что детская психика довольно сложна, поэтому этот кризисный период может начаться раньше (в 5-6-летнем возрасте) или позже (8-9 лет). Главная причина этого кризиса заключается в том, что малыш переоценивает свои возможности.

Как же проявляется кризис в 7 лет? Ребенок стал быстро уставать, появилась раздражительность, нервозность, необъяснимые вспышки гнева и ярости? Тогда самое время бить тревогу, а точнее, более внимательно относиться к ребенку. В это время ребенок может быть чересчур активным, а может наоборот замкнуться в себе. Он стремится подражать взрослым во всем, у него появляются тревожность и страхи, а также неуверенность в себе.

К семи годам игра постепенно отходит на второе место, уступая обучению. Теперь ребенок познает мир совсем по-другому. Этот процесс скорее связан не с началом обучения в школе, а с тем, что ребенок пересматривает собственную личность. В это время ребенок учиться осознавать свои эмоции, теперь он понимает, по какому поводу он огорчен или испытывает радость. Болезненно малыш переживает, если его внутреннее «Я» не соответствует идеальному.

Если прежде вашему крохе было достаточно просто быть уверенным в том, что он лучше всех, то теперь ему необходимо уяснить, действительно ли это так и почему. Для того чтобы оценить себя, ребенок следит за реакцией окружающих на его поведение и довольно критично анализирует все происходящее.

Родителям стоит помнить, что самолюбие ребенка еще очень уязвимо, именно поэтому самооценка может, как завышаться, так и занижаться необоснованно. И первое, и второе ведет к серьезным внутренним переживаниям малыша и может послужить причиной его замкнутости или, наоборот, гиперактивности. Кроме того, сейчас кроха стремится повзрослеть как можно скорее, взрослый мир для него очень притягателен и интересен. В этом возрасте у детей довольно часто появляются кумиры, при этом малыши активно подражают выбранному персонажу, копируя не только его положительные, но и отрицательные поступки и действия.

Что же делать родителям в это время? Прежде всего, вам нужно помочь ребенку научиться реально оценивать свои возможности, при этом сохранив его уверенность в себе. Это поможет ему научиться адекватно оценивать свои достижения и не приведет к разочарованию в самом себе. Старайтесь оценивать поступки ребенка не целиком, а по отдельным элементам, учите малыша тому, что если что-то не получилось сейчас, в будущем обязательно все пройдет именно так, как хотелось.

Помните, что все только в ваших руках, помогите ребенку справиться с его переживаниями, поддержите и направьте его. Родительская любовь способна помочь пережить любой, даже самый сложный кризис.