

## *КРИЗИС ВОЗРАСТА У ДЕТЕЙ 1, 3, 7 лет*



Психика ребёнка в процессе развития проходит определённые стадии, которые называются критическими периодами. Почему критическими? Потому, что в эти возрастные промежутки возникают противоречия во внутреннем состоянии ребёнка, изменяются его взаимоотношения с родителями и обществом. Преодолевая кризис, ребёнок переходит на новую ступень психического развития и в зависимости от того, как маленький человек преодолеет трудные периоды, зависит формирование его характера, внутреннего мира и самосознания. Если родители будут неправильно вести себя в это сложное для ребёнка время, то риск возникновения у него нервно – психических заболеваний будет очень велик.

Кризис у детей обычно начинается и заканчивается незаметно. Длится несколько месяцев, но при неблагоприятном течении может затягиваться до 1- 2 лет.

Различают несколько критических периодов:  
- период 1 года; - период 3х лет; - период 7ми лет.

► *Кризис годовалого ребёнка.*

У ребёнка в этом возрасте открываются новые возможности по освоению окружающего мира. Он умеет ходить и говорить несколько слов. Появляется чувство самостоятельности, начинают проявляться эмоции. В этот период многое, что хочется ребёнку, делать нельзя.

Частые запреты родителей могут приводить к возникновению бурных вспышек. Поэтому нужно запрещать только то, что действительно нельзя и это «нельзя» должно быть одинаково и постоянно и в этом окружающие должны быть солидарны. Не запрещайте лишнего, пусть существуют какие-то вещи, которые ребёнку можно будет делать. Ему нужно давать возможность познавать мир, иначе психическое развитие будет недостаточное и запоздалое. В этот период постарайтесь уделять больше внимания малышу, играйте вместе с ним, много разговаривайте. Он всё понимает и много запоминает.

Не повышайте при ребёнке голос и сведите к минимуму ситуации, которые могли бы вызвать ваше раздражение.

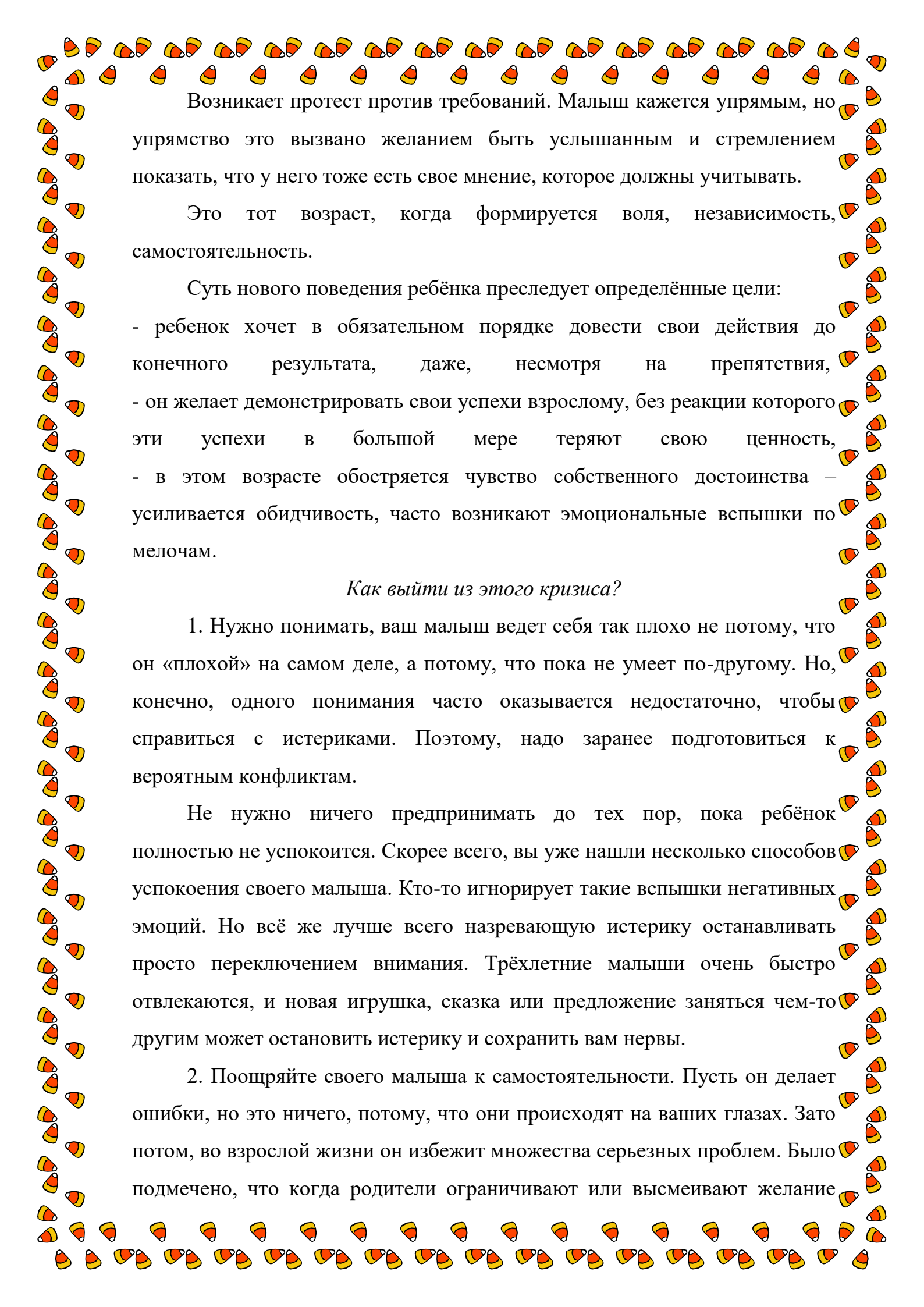
Ребёнок должен придерживаться режима дня, кормление проводите по часам, чтобы он не ожидал еды и не капризничал.

Создайте в доме безопасную обстановку для того, чтобы малыш, исследуя окружающий мир, не поранился. Радуйтесь его успехам вместе с ним.

► *Кризис 3-х летнего ребёнка.*

Если малыш проявляет негативизм, непокорность, упрямство и самовольство, значит, у него начался критический период. Ребёнок начинает противопоставлять себя взрослому.

Хочется всё решать самому и всё делать самому. На просьбу взрослого о чём-то следует противоположное действие.



Возникает протест против требований. Малыш кажется упрямым, но упрямство это вызвано желанием быть услышанным и стремлением показать, что у него тоже есть свое мнение, которое должны учитывать.

Это тот возраст, когда формируется воля, независимость, самостоятельность.

Суть нового поведения ребёнка преследует определённые цели:

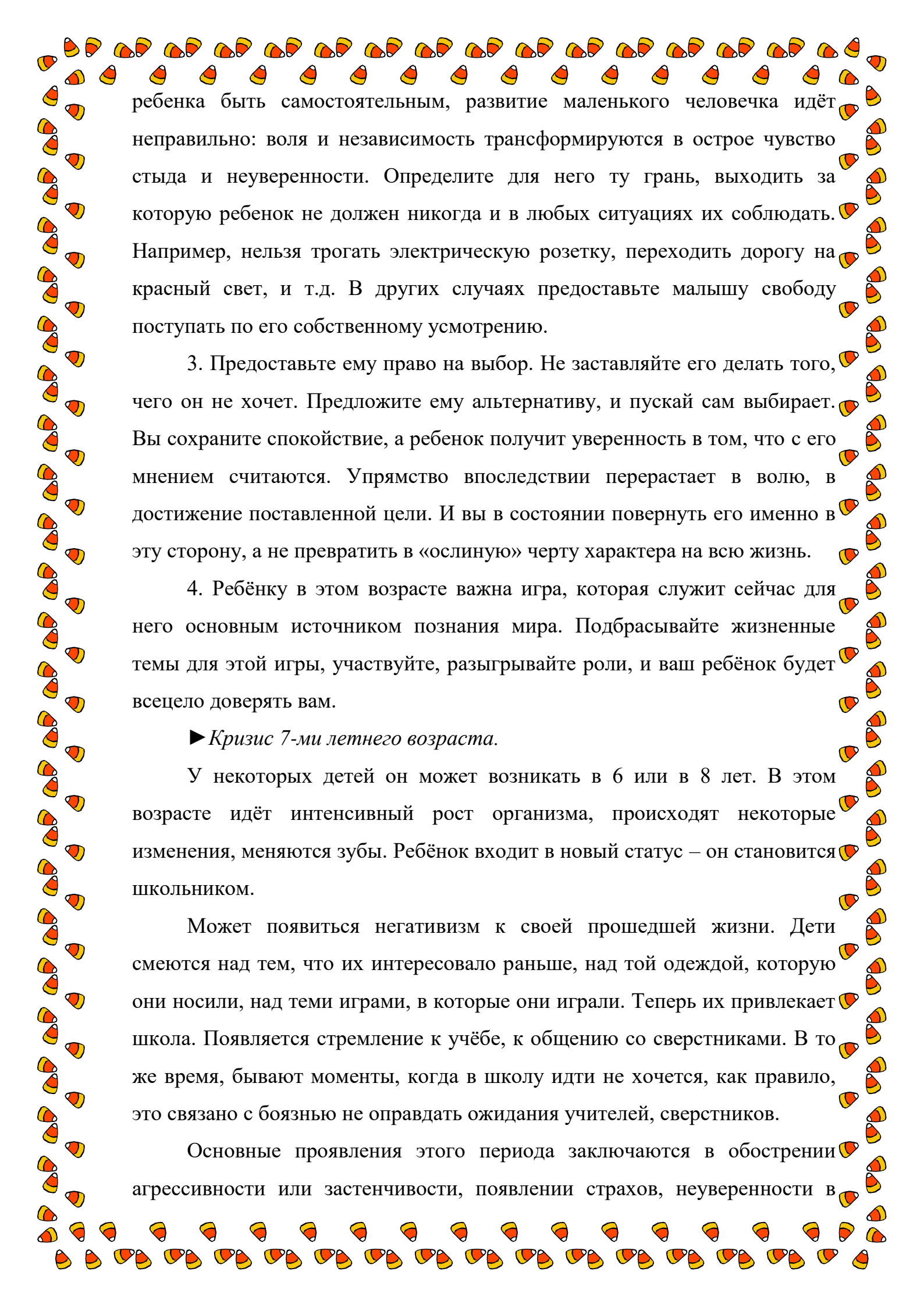
- ребенок хочет в обязательном порядке довести свои действия до конечного результата, даже, несмотря на препятствия,
- он желает продемонстрировать свои успехи взрослому, без реакции которого эти успехи в большой мере теряют свою ценность,
- в этом возрасте обостряется чувство собственного достоинства – усиливается обидчивость, часто возникают эмоциональные вспышки по мелочам.

#### *Как выйти из этого кризиса?*

1. Нужно понимать, ваш малыш ведет себя так плохо не потому, что он «плохой» на самом деле, а потому, что пока не умеет по-другому. Но, конечно, одного понимания часто оказывается недостаточно, чтобы справиться с истериками. Поэтому, надо заранее подготовиться к вероятным конфликтам.

Не нужно ничего предпринимать до тех пор, пока ребёнок полностью не успокоится. Скорее всего, вы уже нашли несколько способов успокоения своего малыша. Кто-то игнорирует такие вспышки негативных эмоций. Но всё же лучше всего назревающую истерику останавливать просто переключением внимания. Трёхлетние малыши очень быстро отвлекаются, и новая игрушка, сказка или предложение заняться чем-то другим может остановить истерику и сохранить вам нервы.

2. Поощряйте своего малыша к самостоятельности. Пусть он делает ошибки, но это ничего, потому, что они происходят на ваших глазах. Зато потом, во взрослой жизни он избежит множества серьезных проблем. Было подмечено, что когда родители ограничивают или высмеивают желание



ребенка быть самостоятельным, развитие маленького человечка идёт неправильно: воля и независимость трансформируются в острое чувство стыда и неуверенности. Определите для него ту грань, выходить за которую ребенок не должен никогда и в любых ситуациях их соблюдать. Например, нельзя трогать электрическую розетку, переходить дорогу на красный свет, и т.д. В других случаях предоставьте малышу свободу поступать по его собственному усмотрению.

3. Предоставьте ему право на выбор. Не заставляйте его делать того, чего он не хочет. Предложите ему альтернативу, и пускай сам выбирает. Вы сохраните спокойствие, а ребенок получит уверенность в том, что с его мнением считаются. Упрямство впоследствии перерастает в волю, в достижение поставленной цели. И вы в состоянии повернуть его именно в эту сторону, а не превратить в «ослиную» черту характера на всю жизнь.

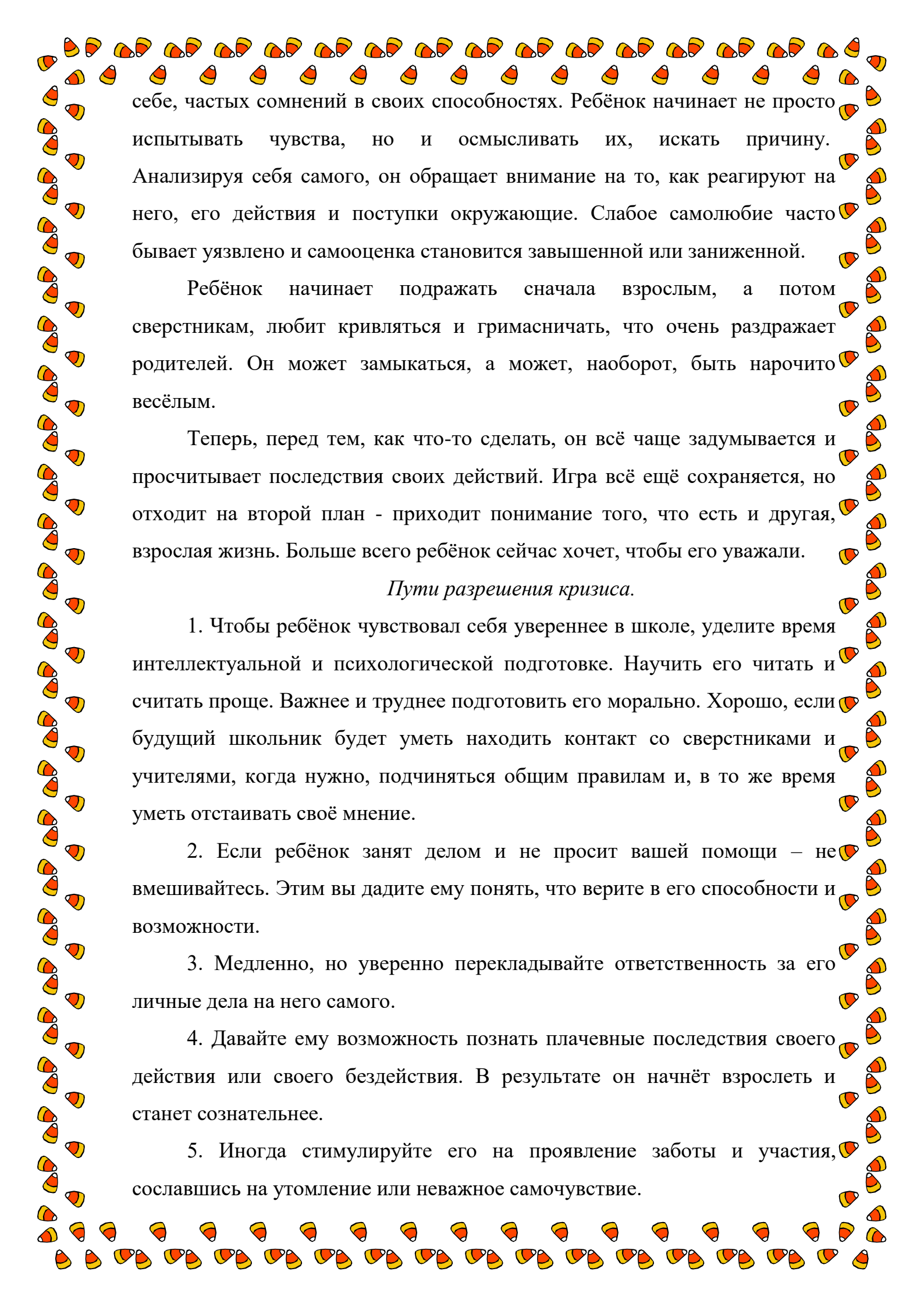
4. Ребёнку в этом возрасте важна игра, которая служит сейчас для него основным источником познания мира. Подбрасывайте жизненные темы для этой игры, участвуйте, разыгрывайте роли, и ваш ребёнок будет всецело доверять вам.

► *Кризис 7-ми летнего возраста.*

У некоторых детей он может возникать в 6 или в 8 лет. В этом возрасте идёт интенсивный рост организма, происходят некоторые изменения, меняются зубы. Ребёнок входит в новый статус – он становится школьником.

Может появиться негативизм к своей прошедшей жизни. Дети смеются над тем, что их интересовало раньше, над той одеждой, которую они носили, над теми играми, в которые они играли. Теперь их привлекает школа. Появляется стремление к учёбе, к общению со сверстниками. В то же время, бывают моменты, когда в школу идти не хочется, как правило, это связано с боязнью не оправдать ожидания учителей, сверстников.

Основные проявления этого периода заключаются в обострении агрессивности или застенчивости, появлении страхов, неуверенности в



себе, частых сомнений в своих способностях. Ребёнок начинает не просто испытывать чувства, но и осмысливать их, искать причину. Анализируя себя самого, он обращает внимание на то, как реагируют на него, его действия и поступки окружающие. Слабое самолюбие часто бывает уязвлено и самооценка становится завышенной или заниженной.

Ребёнок начинает подражать сначала взрослым, а потом сверстникам, любит кривляться и гримасничать, что очень раздражает родителей. Он может замыкаться, а может, наоборот, быть нарочито весёлым.

Теперь, перед тем, как что-то сделать, он всё чаще задумывается и просчитывает последствия своих действий. Игра всё ещё сохраняется, но отходит на второй план - приходит понимание того, что есть и другая, взрослая жизнь. Больше всего ребёнок сейчас хочет, чтобы его уважали.

#### *Пути разрешения кризиса.*

1. Чтобы ребёнок чувствовал себя увереннее в школе, уделите время интеллектуальной и психологической подготовке. Научить его читать и считать проще. Важнее и труднее подготовить его морально. Хорошо, если будущий школьник будет уметь находить контакт со сверстниками и учителями, когда нужно, подчиняться общим правилам и, в то же время уметь отстаивать своё мнение.

2. Если ребёнок занят делом и не просит вашей помощи – не вмешивайтесь. Этим вы дадите ему понять, что верите в его способности и возможности.

3. Медленно, но уверенно перекладывайте ответственность за его личные дела на него самого.

4. Давайте ему возможность познать плачевные последствия своего действия или своего бездействия. В результате он начнёт взрослеть и станет сознательнее.

5. Иногда стимулируйте его на проявление заботы и участия, сославшись на утомление или неважное самочувствие.