

ВОЗРАСТНЫЕ КРИЗИСЫ

ПОДГОТОВИЛА ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ ГАЧЕВСКАЯ Н.А.

Возрастные кризисы бывают у всех, и у детей, и у взрослых. Причём на период детства приходится наибольшее количество возрастных кризисов, и это, вполне обосновано. Нервная и психическая активность у детей сформировывается не совсем равномерно. Периоды плавного развития сменяются своего рода скачками, резкими и бурными «взрывами». И каждый такой «взрыв», зависит от определенного возрастного этапа развития ребёнка.

Возрастные кризисы у детей – нормальное явление, к которому родителям стоит подготовиться заранее, чтобы затем правильно на них реагировать. Это позволит снизить риск возникновения неврозов, бессонницы, агрессии, которые проявляются у тех ребят, родители которых не обращают внимания на временные трудности, переживаемые ребенком.

5 ОСНОВНЫХ ВОЗРАСТНЫХ КРИЗИСОВ У ДЕТЕЙ:

- **новорожденности** – это первые недели жизни младенца 6-8 месяцев;
- **раннего детства** - от 12 до 18 месяцев;
- **трёх лет** – от 2 до 4 лет;
- **6 – 8 лет;**
- **12 до 14 лет.**



КРИЗИС НОВОРОЖДЕННОСТИ

Это самый первый и основной возрастной кризис ребёнка, который психологи рассматривают с разных точек зрения – физической и психологической. На физиологическом уровне, ребёнок должен приспособиваться к новой и незнакомой жизни – самостоятельно согревать себя, дышать, употреблять пищу и переваривать её. Правильный распорядок дня, регулярное питание и сон, отрегулированный процесс грудного кормления – это хорошо поможет малышу почувствовать себя в этом мире «своим человеком».

Процесс психологической адаптации ребёнка напрямую зависит от эмоций и действий родителей. Младенец остро нуждается в родительском общении, поддержке и помощи. Именно поэтому, ему очень важно материнское присутствие. Мама способна разгадать практически все потребности своего ребёнка. Маме, просто необходимо доверять только себе и своему ребёнку, а не надеяться на советы и предположения других, пусть даже родных и близких людей. Держать своего маленького и родного человечка на руках, кормить его своей грудью, прижимать его к себе, ласкать, целовать и обнимать, это всё, что нужно маме и малышу.

Кризис новорожденного заканчивается через 6 – 8 недель, когда появляется оживание. Малыш уже чувствует себя вполне приспособленным, ведь он и улыбается только потому, что видит такое знакомое и родное лицо своей родной мамы.



КРИЗИС РАННЕГО ДЕТСТВА

Это, как правило, кризис, который приходится на первый год жизни. Основные моменты, которые приводят к развитию новых отношений малыша с окружающим миром в данный период, это учиться ходить и говорить. Малыш начинает осознавать, что любимая мамочка, которая всегда находилась рядом с ним, уже не принадлежит только ему, и у неё есть другие дела и проблемы, вследствие этого у ребёнка появляются страхи относительно того, что его бросят. Поэтому, дети, которые только начали ходить ведут себя достаточно, странно и непредсказуемо.

В этом возрасте начинается проявление характера, отчаянные протесты, капризы истерики и т.д. Борьаться с этим нельзя, так как на данный момент, ребёнок нуждается в любви и поддержке родителей.



КРИЗИС ТРЁХ ЛЕТ

Кризис 3 — лет относится к числу самых острых, так как ребёнок плохо управляем. В словаре ребёнка всё чаще встречается слово «не хочу». Просьба родителей или запрет вызывает у ребёнка истерику или протест, причём реакция разная от слёз до замахивания на папу или маму. Всё это объясняется тем, что ребёнок растёт и чувствует себя полноценным человеком.

Нет необходимости злиться на малыша или пытаться переломить его характер или тем более наказывать, так как это может закрепить неверное поведение ребёнка в будущем. Может, родители часто ему отказывают и многое запрещают, необходимо вспомнить, как часто произносится слово «нельзя» и слово «можно», как правило, слово «можно», должно употребляться родителями намного чаще.

Задача родителей терпеливо относиться к капризам малыша. Необходимо переключить его внимание на что-либо другое, что может его наверняка заинтересовать. Если родители правильно поступают по отношению к упрямцу, то через год или меньше подобные нарушения пройдут.



КРИЗИС 6 — 8 ЛЕТ

Кризис 6 лет совпадает с периодом физического развития ребёнка.

Здесь появляется уже забытая со времен второго кризиса смена настроения. Иногда родителям кажется, что ребенок становится непредсказуемым и, как следствие, неуправляемым. Он то грустит, то безудержно веселится, то плачет навзрыд, то проявляет холодность.

Из-за чего может так переживать семилетний малыш? Дело в том, что в этот период детки очень самокритичны: у них уже есть внутреннее ощущение «идеального себя», и если они чувствуют, что не соответствуют ему, то очень расстраиваются.

Нужно постараться с пониманием относиться к переживаниям малышей. Ослабьте критику, усильте поддержку. Этот период самый опасный в плане появления комплексов, которые позже могут проявиться с новой силой в кризисе подросткового возраста. Научите ребенка правильно оценивать свои поступки, а не себя. Покажите ему, что вы его любите и понимаете. При разборе сложных ситуаций не делайте общих выводов, расставляйте акценты так, чтобы всегда можно было за что-то похвалить сына или дочку.

Очень важно создать для ребёнка спокойную домашнюю обстановку и не предъявлять ему серьёзных требований.



Кризисы возрастного развития – это обобщенные данные о том, что происходит с психикой растущего человека. Они не могут быть точными, поскольку дети сильно отличаются друг от друга, и у одного период негативизма может начаться в год-два, у другого – в три-четыре, а у третьего – в пять. А может быть, вы и вовсе не заметите никаких перемен в поведении ребенка.

Как понять, что он, этот кризис, все-таки случился?

Есть несколько основных характеристик, по которым вам станет все ясно.

Во-первых, возрастные кризисы детей чаще всего сопровождаются негативизмом, при котором ребенок на любую просьбу молниеносно реагирует одним ответом – отрицательным. Чаще всего цель ребенка в этот период – показать окружающим, что его точку зрения нужно учитывать в первую очередь.

Во-вторых, ребенок становится очень упрямым. Его поведение отличается от обычной настойчивости или принципиальности. Малыш становится похожим на маленького бычка, который упрямо стоит на своем по любому поводу.



В-третьих, поведение ребенка может отличаться своеволием: он стремится все делать только сам, криком реагируя на любую помощь взрослых.

В-четвертых, в большинстве случаев детские возрастные кризисы сопровождаются истериками и «концертами» на публике, в результате которых ранее послушный ребенок может распластаться посреди людного места и, подняв громкий крик, сучить руками и ногами. Этим мастерством владеют не все дети, однако если ваш ребенок – из категории таких талантов, то знайте, что вас проверяют на прочность и требуют к себе повышенного внимания.

В-пятых, такой милый с виду ребенок может устроить настоящий бунт или протест. Он превращается в маленького диктатора, который повелевает родителями. А если от него требуют того, что ему не нравится, грозит побегом и бунтует.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

- ! Предъявляйте ребёнку разумные требования, соответствующие его возрасту.
- ! Прежде чем обвинить ребёнка в упрямстве, подумайте, не упрямитесь ли Вы сами.
- ! Чаще ставьте себя на место ребёнка и смотрите на мир (хотя это и очень сложно) его глазами.
- ! Предоставляйте ребёнку право выбора.
- ! Старайтесь не создавать ситуаций, в которых может проявиться упрямство.
- ! Не используйте силовые методы – это только усугубит дело.
- ! Не соглашайтесь с ребёнком только для того, чтобы он «отстал».
- ! Не забывайте хвалить ребёнка.
- ! Не ведите «борьбу» с ребёнком: взрослый и физически, и психически крепче, так что ребёнок в любом случае будет в проигрыше; выстраивайте с ним разумное взаимодействие.
- ! Посвящайте ребёнку больше времени и внимания, чаще играйте с ним.
- ! Помните: здоровый ребёнок не может везде и всюду подчиняться родителям!

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!