

Четыре кризиса детского возраста

На самом деле, очень важно знать о существовании кризисов в развитии детей и учитывать их в процессе общения с ними и воспитания. В противном случае Вы рискуете сломать характер ребенка. А это чревато тяжелыми последствиями.

Знаете ли Вы, что развитие детской психики происходит скачкообразно и в этом процессе присутствуют КРИЗИСЫ? При этом для ребенка возрастные кризисы **просто необходимы, не пережив их, малыш не сможет полноценно развиваться.**

Очень важно в момент кризиса быть к нему готовым и правильно реагировать на поведение ребенка. Тогда психика малыша будет формироваться адекватно.

Необходимо знать, когда наступают кризисные периоды.

- кризис новорожденности
- кризис 1 года
- кризис 3 лет
- кризис 7 лет
- кризис 13 лет
- кризис 17 лет.

Как определить что начался кризис? Читать дальше....

Ребенок начинает вести себя не прогнозируемо с точки зрения родителей: был более-менее спокойный, послушный, управляемый, было понятно, как справляться с его особенностями, как с ним договариваться, как его поощрять. И в какой-то момент резко все способы воспитания или их большая часть перестают работать: поощрение и наказание не действуют; то, на что ребенок раньше реагировал, не работает.



Первый кризис: новорожденность.

Первый возрастной кризис связан с рождением, с появлением ребенка на свет. В утробе матери ребенку было тепло, комфортно, безопасно. Он питался, рос и развивался. Но пришла пора заявить всем о своем появлении. Во время самого процесса родов и в первые месяцы после рождения малыш чувствует сильнейший дискомфорт, страх и беспомощность. *Между прочим состояние дискомфорта, страха, нервозности может преследовать человека всю его жизнь.*

Психоаналитики, "погружая" с помощью специальных техник пациентов в период младенчества, утверждают, что *тревожные и неврастеничные личности в первый месяц жизни чувствовали страх, горе и одиночество.* Видимо, матери не очень-то баловали их вниманием и заботой: когда младенцы рыдали - не подходили, "воспитывая" таким образом характер; когда детки хотели есть - не кормили, выдерживая паузы, успокаивая себя тем, что это для его же блага.

А ведь новорожденному ребенку жизненно необходимо материнское тепло, ласка, внимание. Для его здоровья это ничуть не менее важно, чем сухой памперс или анатомическая соска. Если новорожденного гладят, целуют, по доброму, с душевной теплотой с ними общаются - это действует благотворно: малыш становится спокойнее, и например могут исчезнуть болевые симптомы колик.

Постарайтесь подольше сохранять грудное вскармливание.



Второй кризис: кризис одного года или полутора лет.

Будьте морально готовы к тому, что ребенок будет проявлять исследовательский интерес ко всему. Будет ломать свои машинки и игрушки - и это не значит, что у вас растет вандал. Запустит мобильный телефон в унитаз и будет наслаждаться его плаваньем. Может размазать кашу по полу и вывернуть ведро с мусором посреди комнаты. Достать крупы из кухонного шкафчика, скинуть цветы с подоконника... Ведь столько всего интересного вокруг!!! Родителей же вся эта деятельность

нервирует и злит. Но уверенность ребенка в собственных силах во многом зависит от того, насколько свободно мама с папой позволяют ему исследовать мир, как относятся к его экспериментам. Если взрослые то и дело ограничивают малыша: сажают в манеж, запрещают трогать все подряд, заставляют спокойно стоять или сидеть на одном месте, ругают за испорченные вещи, он очень скоро поймет, **что его активность - зло, и будет бояться проявлять свою любознательность и инициативу. Легко догадаться, как это аукнется во взрослой жизни.**

И в этот период ребёнку очень важна ваша реакция – как одобрительная, так и неодобрительная. Нельзя проявлять к ребенку равнодушие или же реагировать только на плохие поступки своего ребёнка. Так вырабатывается стереотип: «на меня обращают внимание тогда, когда я веду себя плохо, значит, чем хуже я себя веду, тем больше на меня будут обращать внимание».

Также в этот период, ребенок начинает испытывать страх, что потеряет маму. Девочки, обычно переживают этот кризисный период немного раньше мальчиков около полутора лет, а вот у парнишек эти волнения проходят ближе к двум годам.



Третий кризис: кризис трех лет. "Я сам"

Смысл кризиса 3 лет в том, что человеку пришлось время осознать свою отдельность от других, свою собственную волю и самостоятельную ценность. И только в этом контексте можно понять всю сложность и важность этого момента в жизни ребенка.

К этому возрастному периоду ваш малыш уже понимает, что есть мама, есть папа, есть "Я". "Я" - есть самостоятельная личность. "Я" могу действовать сам. У него появляются свои желания и свои нежелания. Его

желания могут идти вразрез с вашими.

Как же вести себя родителям в этот период? Можно конечно надавить и заставить ребенка поступить так, как хочется взрослым. Давление, подкрепленное криками, или наказанием в углу, сделает свое дело. Но это далеко не самый гуманный вариант и "работает" он до определенного момента. Намного разумней предложить ребенку самому принять решение, сделать выбор: "Ты сейчас будешь есть суп или котлету с картошкой?", или "Ты сейчас оденешь джинсы или вот эти брюки?". Большой выбор предоставлять не надо, а выбрав ребенок уже принимает часть ответственности за свои действия, за свой выбор.

Позвольте ему проявлять свое "Я" там, где это разумно и не принесет ущерба здоровью ребенка и окружающих

Одно следует помнить всегда: малыши капризничают вовсе не потому, что они **добиваются определенной цели или мечтают увидеть злые и раздраженные лица родителей. Они просто не могут унять свое упрямство.** Они не способны с этим справиться. Ребенок упрямится, так как что-то мешает осуществлению его планов. **Он не готов к такой ситуации.** Отсюда слезы, истерики и обида на родителей, которые чаще всего мешают осуществлению вожеленного желания.

Очень часто упрямству дети учатся у своих родителей, скрывающих за раздражением и постоянными придирками собственные проблемы. Помните, что у замкнутых и нетерпеливых людей и дети растут упрямые и капризные.

Проще всего пережить приступы упрямства, пытаясь найти приемлемое решение проблемы, но не требовать, а, дождавшись, пока чадо успокоится, объяснить и помочь, – тогда ребенок будет способен воспринять ваши слова, действия, требования и предложения.

Для того чтобы этот кризис прошел «легче», очень важно, чтобы к трём годам ваш ребенок уже начал хорошо говорить. После «кризиса трёх лет» у ребёнка наступает пора игр: через них он познаёт мир, взрослую жизнь. Важно, чтобы ребёнок умел играть, и научить его этому должны вы.

Совсем избежать вспышек упрямства, ведущих к появлению споров и ссор между поколениями, не удавалось, наверное, никому, но ведь в них есть и определенная польза: родители узнают о своем чаде что-то новое, а ребенок учится находить компромисс в сложных и конфликтных ситуациях. Кризис трех лет – еще не самое страшное на тернистом пути родителей, но он очень важен для установления нормальных доверительных отношений в будущем, и его успешное прохождение поможет вам вынести необходимые уроки для преодоления последующих кризисов.



Четвертый кризис: кризис 7 лет.

Естественно, как и любой другой кризисный период - кризис 7 лет не наступит ровно в семь лет. Он может наступить чуть раньше или чуть позже, здесь все индивидуально.

Этот кризис совпадает с поступлением ребенка в первый класс. В этом возрасте ребенок пытается вписаться в общество. Для него становится важным не только признание близкого окружения, но и сверстников. А как добиться успеха у сверстников - хорошо учиться и быть душой коллектива. Так что при выборе школы - учитывайте способности своего ребенка. Если он проявляет успехи в спорте - может вам стоит подумать о спортивной школе или хотя бы о спортивной секции (для поднятия самооценки у ребенка). Выясните у ребенка или понаблюдайте за ним, что ему интересно - и выбирайте дополнительные занятия и кружки по его интересам (а не то, что вам хотелось в детстве).

Ребёнок идёт в школу, а значит – получает больше свободы. За ним уже не следят круглые сутки, он приучается к самостоятельности, к самостоятельному решению своих проблем. Он всё больше времени проводит со своими сверстниками – и многое от них перенимает. А потому может начать хулиганить – не со злости. Дети в этом возрасте не могут отвечать за свои поступки, не понимают их последствий, не понимают опасностей. Важно, чтобы вы уделяли ребёнку как можно больше своего свободного от работы времени.

Как еще проявляется кризис 7 лет? Ваш ребенок стал быстро уставать, появилась раздражительность, нервозность, необъяснимые вспышки гнева и ярости? Тогда самое время 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.



Пятый кризис: кризис подросткового возраста.

Этого периода с ужасом ожидают многие родители, опасаясь, что ребенок будет неуправляемым. Но некоторые подростки наоборот становятся замкнутыми и молчаливыми.

В подростковом возрасте происходит гормональный взрыв в организме. Поэтому многие подростки ведут себя громко, вызывающе, истерично, буйно. В этом поведении есть призыв к родителям, призыв о помощи. Сами подростки в этом конечно никогда не признаются, но анонимные опросы дают интересные результаты. Большинство подростков хотят, чтобы родители знали и понимали, что с

ними происходит, помогали бы решать их личные и школьные проблемы, но так чтобы об этом не знали друзья, сверстники.

И в этом возрасте ваша поддержка очень актуальна! Если у вашего сына-, дочери-подростка не складываются отношения с ребятами, можно перенаправить его активность в общение с другими детьми, предложить заняться творчеством: игрой на гитаре, рисованием, записаться в театральную студию и т.д. Давить в этом возрасте на подростка не стоит и скорее всего давлением вы ничего не добьетесь, кроме как отторжения. Отнеситесь с уважением к его проблемам.

И не думайте, что ваше внимание уже никому не нужно. Даже если ребенок уже выше вас на голову, а дочь уже обзавелась кавалерами - в душе у них еще очень много детского. В душе они очень ранимы. В этом то и заключается весь дисбаланс подросткового возраста: подросток стремится к самостоятельности и в тот же момент еще нуждается в вашей поддержке и внимании.

Помните – вы сами были такими.

Что делать в период кризиса?

Не все можно разрешить ребенку в кризисный период. **Нужно разрешить то, что нельзя запретить.**

Как всякое сложное поведение, кризисные проявления ребенка родители часто пытаются просто подавить, сделать так, чтобы ребенок по-прежнему слушался, не кричал, был подчиняем.

Когда ребенок попал в кризис, у него задача перестроить свои отношения с родителями и выйти на некоторую новую орбиту самостоятельности. **Если мы просто подавляем эти негативные поведенческие проявления (а у родителей обычно есть силы, чтобы подавить поведение ребенка) мы не даем ребенку решить эту задачу – обретение самостоятельности.**

Ребенку не надо предоставлять всю самостоятельность, которую он просит, но нужно договориться с ним о том, в каких областях самостоятельность ему будет предоставлена больше, а в каких он не может ее проявлять. Не удовлетворять все требования, а договориться. Понять, что с ним происходит, что он хочет.

Раздраженный воспитатель не воспитывает, а раздражает! Помните об этом!

Объяснение должно быть доступным — по возрасту, спокойным и сказанным в такое время, когда ребенок слышит.

Ребенок раздраженную речь слышит «не тем местом». Ребенок слышит только тон. Первым делом он считывает информацию, что мама сейчас злая. Бывает, что интонация полностью блокирует содержание. Бывает, что блокирует не на 100 процентов. Слышит что-то, но не то, что вы хотите сказать. Очень много сил он тратит на то, чтобы справиться с эмоциональной окраской этой речи.

Если вы просто будете объяснять, то не значит, что объяснение сработает именно сейчас. Может, сработает пятое объяснение, может, сто двадцать пятое, может, ваш сын или дочка просто перерастут желание бросать.

Если объяснение в спокойной обстановке не приносит результата, нужно подумать, почему не работает такой правильный метод. К примеру, бросание и игра с палкой – одна из базовых потребностей мальчиков. Тогда ему нужно дать игрушки, которые можно швырять. Может быть, он не может словами выражать какие-то эмоции, поэтому швыряется. Его нужно пытаться научить объясняться словами, а не бросками. В любом случае, нужно разработать правила, которые обезопасят остальных от швыряния.

Раздраженный тон будет действовать в каком-то случае, но действовать будет именно раздражение, а не то, что вы хотите сказать. Если вы шлепаете ребенка и сильно на него кричите, то объяснения работать не будут. Потому что действует самая сильная эмоциональная мера.

Почему у родителей, которые кричат и бьют детей, дети хуже слышат? Потому что пока родитель не ударит и не закричит, он не отреагирует. Работает только самая сильная мера из используемых.

Внутренний смысл кризиса ребенка – повзрослеть. Взросление происходит не мягким, а резким способом. Взросление связано с самостоятельностью. Изначально мы вынашиваем малыша внутри живота, потом мы рождаем. Дальше ребенок начинает ползать, ходить, говорить. Он все больше делается от нас независимым. Давайте встречать это как данность и... с радостью!



Материал подготовлен клиническим психологом Благодарёвой Л.В.