

Рекомендации для родителей по теме: «Поведение взрослых в ситуации возрастного кризиса»

«Кризис – это внутренние изменения ребенка при относительно незначительных внешних изменениях. Кризис возникает на стыке двух возрастов и знаменует собой завершение предыдущего периода и начало нового. Противоречия, составляющие суть кризиса, могут протекать в острой форме, порождая сильные эмоциональные переживания, нарушения в поведении детей, в их взаимоотношениях со взрослыми...»

(Божович Л.И., «Психология детства»)



Кризис новорожденности

Можно сказать, что ребенок уже рождается в кризисе. Это связано с тем, что он меняет внутриутробное существование на самостоятельную жизнь вне материнского организма. Малышу нужно привыкнуть к новому типу дыхания и питания, к непривычным условиям, свету, звуку и т.д. Начинается период адаптации, который длится порядка 1-2 месяцев.

В этот период важно окружить младенца максимальной заботой, уходом, вниманием. Первые месяцы жизни самые сложные как для ребенка, так и для его родителей. Но когда кризис минует, окажется, что малыш уже более приспособлен к жизни и начинает налаживать свои первые социальные контакты со своим ближайшим окружением, т.е. мамой и папой.

Обычно родители ждут с огромным нетерпением время, когда малышу исполнится первый годик. Им кажется, что нужно еще немножко потерпеть, и наступят долгожданные спокойные ночи, вернется привычная возможность ходить в гости или в кино. На самом деле, первые зубки, принесшие столько переживаний, уже появились, первые шажки тоже сделаны. Даже свои первые слова их малыш уже сказал, чем привел маму и папу в неопишуемый восторг. Только вот радоваться у родителей не получается. Что-то начало происходить с их доверчивым и таким славным крохой! Он стал капризничать и упрямиться, кидать игрушки, кричать и падать на пол, если ему отказали в какой-то просьбе. Если родители не поняли его желаний, ребенок с завидным упорством, продолжает требовать то, чего ему хочется. При этом он использует весь арсенал своих реакций: от разной высоты и интенсивности криков до топанья ногами. Мамы и папы хорошо помнят случаи, когда они пытались увести ребенка с прогулки, а он вырывался из рук и пытался силой вылезти из коляски, чтобы вернуться гулять. Или ситуации, когда ребенку очень хочется взять какую-то вещь, а мама не разрешает. И тогда за право обладания желаемым малыш устраивает настоящую истерику.

Подобным проявлениям есть объяснение: малыш учится ставить перед собой цель и добиваться её всеми известными ему способами. Особенностью данного возрастного периода является самоощущение ребенка свободной и самостоятельной личностью. Он пока не всегда может оценить, для чего именно ему нужна та или иная вещь. Но отказать себе в её получении он не в силах. Теперь родителям во многом нужно начинать считаться с ребенком: в выборе еды и одежды, игр и игрушек, которые он хочет взять на улицу, места для прогулки.

Это и есть **кризис первого года жизни**

Если описаны факторы первого кризисного времени, есть для него и рекомендации:

- относитесь к самостоятельности ребенка с пониманием (конечно, помня о безопасности) и не подавляйте её. На самом деле, маме проще обсудить выбор книжки для чтения, чем потом выслушивать недовольство малыша.
- проявляйте терпение и выдержку, помните о том, что иногда истерики могут быть следствием усталости, голода, сонливости, общего недомогания организма. Если при этом и мама будет раздраженно реагировать на ребенка, ему будет еще хуже.
- будьте последовательны в своих требованиях к ребенку (если что-то запрещаете ребенку, то это должен быть запрет на все время, а если разрешаете, то разрешаете всегда). Многие мамы сначала пытаются запретить ребенку, к примеру, брать свой телефон (бусы, сумку, флакончик с духами и др. личные вещи), но когда им нужно, чтобы ребенок помолчал, они сами дают ему в руки телефон со словами: «Ну ладно, подержи, но в последний раз!». Для малыша 1-2 лет это прямая информация о том, что он может добиться получения телефона (любых маминых вещей) и в остальные разы.

К двум годам ребенок только начинает учиться контролировать свои желания, поэтому взрослым придется это делать за него, используя поощрения или наказания. В ответ будут следовать бурные эмоциональные вспышки, к которым родителям нужно быть готовыми. Если ребенок замечает, что на подобные проявления взрослые не реагируют, он перестает использовать их как средство самоутверждения. А если при этом у родителей еще хватает фантазии переключить внимание малыша на что-то другое, то данный кризис вообще не будет для мам и пап сильно волнительным.

А вот **кризис трех лет** – нельзя не заметить. В него попадает любой ребенок, как бы спокойны и терпеливы не были его родители. К трем годам у ребенка происходит осознание себя, своего «Я», и он вступает в новый переходный период – кризис трех лет.

Временные рамки данного периода могут очень сильно варьироваться, он может начаться от 2,5 лет до 3,5 лет. В этот период ребенок начинает осознавать себя «взрослым», пытается выстроить с родителями новые отношения. Начинается это время с ситуаций, когда ребенок вдруг перестает слушаться маму и папу и начинает делать все наоборот, становится строптивым и своевольным. Таким образом малыш отстаивает собственную точку зрения и противопоставляет себя взрослым. Помимо проявлений своего «Я», ребенок очень остро начинает реагировать на критику.



Рекомендации для родителей трехлетних детей очень просты и похожи на советы для родителей годовалых малышей:

- давайте еще больше самостоятельности и возможности выбора (какие колготки хочет сегодня надеть дочь, каким карандашом хочет рисовать сын, ложкой или вилкой ребенок будет кушать, какую булочку ему купить в магазине и т.д.);
- не критикуйте малыша, если у него что-то не получается. Критикой Вы только рассердите ребенка. Лучше помогайте разобраться с непростым конструктором или в самостоятельном владении вилкой, при этом хвалите за любые даже маленькие успехи.

- будьте терпеливы. Вместо недовольства можно пробовать играть в игру «Наоборот», смысл которой заключается в том, чтобы добиться нужных Вам действий, переиначивая желания малыша. К примеру, Вам сейчас нужно, чтобы ребенок быстро собрал игрушки, а он не хочет. Вы начинаете игру, объясняете ребенку правила и проговариваете: «Ты сейчас ни в коем случае не убирай самолетик в коробку, пусть он тут останется». Малыш в это время говорит: «Я сделаю все наоборот», и убирает самолетик. Если родители запасутся терпением и спокойствием и дадут ребенку наиграться в игру «Наоборот», в обыденной жизни ему не захочется противоречить.

- обязательно удовлетворяйте основные возрастные потребности: в любви и внимании, в общении как со взрослыми, так и со сверстниками, потребность в развитии интересов и увлечений.

- развивайте мотивационную сферу ребенка, используя ролевые игры и мини-спектакли, в которых ребенок будет надеяться ролью взрослого.

- Также существует много терапевтических сказок для более благополучного проживания этого сложного периода.

Детские психологи советуют донести до маленькой личности, что папа и мама любят малыша таким, как он есть, несмотря на достоинства и недостатки. Как бы он себя ни вёл, любовь не станет больше или меньше. Она просто есть и будет всегда.

Не бойтесь. Любой малыши переживает кризисный виток, в независимости от пола или полноценности семьи. Это биологические настройки организма и каждый родитель сталкивается с таким. Правильное понимание эмоций, которые испытывает ребенок в том или ином случае. Его внутренних противоречий и направления развития маленькой личности позволят легче преодолевать кризисы взросления.

Источник: 2013г., Информационно-психологический центр «Белый слон»;
<http://www.wslon.ru/articles/deti/vozzrastnye-osobennosti/vozzrastnye-krizisy-rebenka/>

