

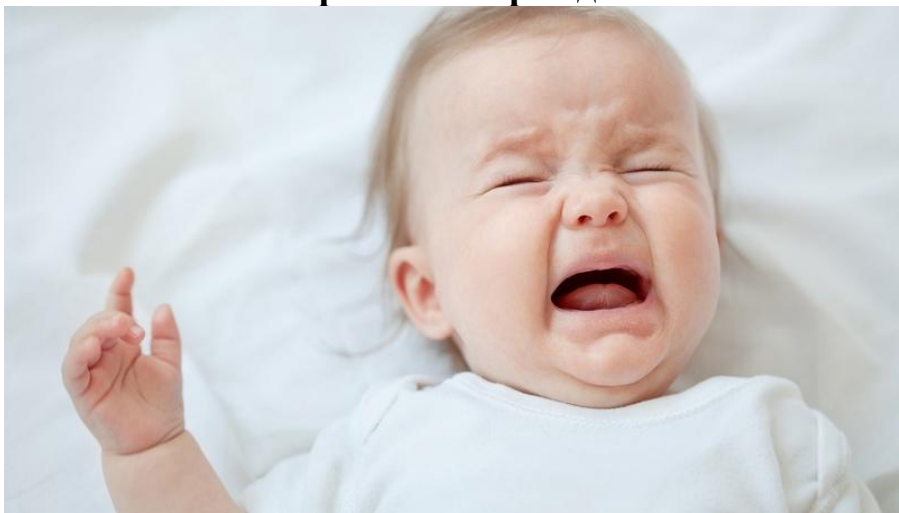
Детские возрастные кризисы: их виды и ключевые особенности

Возрастной кризис возникает из-за резких психологических изменений, вызванных взрослением человека. Эти периоды не всегда протекают трудно. Если в семье уделяют внимание воспитательным вопросам, общаются с ребенком, играют, разговаривают, проводят время вместе, то симптомы кризиса будут слабо выраженными — произойдет лишь скачок в развитии ребенка. В условиях неблагоприятных семейных отношений кризис может затянуться и привести к негативным последствиям.

Существуют следующие детские возрастные кризисы:

- 1. Кризис новорожденного вызван переходом из эмбрионального развития в младенчество.*
- 2. Кризис первого года жизни проявляется на границе между младенчеством и ранним детством.*
- 3. Кризис трех лет сопровождает переход ребенка из раннего в дошкольное детство.*
- 4. Кризис семи лет проявляется при переходе из дошкольного в младшее школьное детство.*
- 5. Кризис подросткового возраста наблюдается в период с 11 до 15 лет и сопровождает переход из детства во взрослую жизнь.*

Кризис новорожденного



Специалисты утверждают, что возрастные кризисы обусловлены двумя причинами: физиологической и психологической. Ребенок появляется на свет из утробы матери. До этого он разделял с ней тело, слышал биение ее сердца, успокаивался при ходьбе. После рождения малыш перестает быть одним целым с мамой, поэтому он проходит процесс адаптации к новой жизни. Психологически младенец беззащитен. Он не может сказать о своих потребностях, проявить волю, поэтому ему крайне требуется забота родителей. Кормление грудью, телесный

контакт, общение с новорожденным поможет ему легко справиться с трудным периодом.

Кризис первого года



В этом возрасте ребенок учится ходить, у него проявляется речь. **Кризис сопровождается психологическое взросление — малыш начинает проявлять волю, характер, пытается высказать свое мнение.** Годовалый ребенок начинает понимать, что мама существует отдельно от него, поэтому при ее уходе он впадает в панику, плачет и кричит. Малыш активно проявляет волю: самостоятельно кушает, пытается одеться, а если ему запрещают это делать — сильно расстраивается. Ребенок активно познает мир, поэтому в период кризиса не стоит сердиться и кричать на него, запрещать ему что-либо, если это не опасно. Родителям следует обеспечить безопасное пространство для развития, предоставить больше самостоятельности, чтобы минимизировать истерики.

Кризис трех лет



Это наиболее сложный и яркий период в жизни семьи. Милый ребенок становится практически неуправляемым. Он наотрез отказывается выполнять требования родителей, а любимая его фраза — «Не хочу!». Он дерется, упрямится и старается изо всех сил быть самостоятельным. Малыш осознает себя как личность. Он стремится самостоятельно решать, каким делом ему заняться. Родителям стоит проявить терпение, дать ребенку возможность почувствовать вою значимость. Важно научиться обыгрывать трудные ситуации — умение отвлекать будет хорошим качеством, которое поможет минимизировать истерики.

Кризис семи лет



В этом возрасте многие дошкольники меняют свой социальный статус. Теперь их главной деятельностью становится учеба, а не игра. Также происходят активные физические изменения: смена зубов, резкий рост, повышается координация, ловкость движений. Со сменой статуса малыш ждет, что у него появится больше независимости. Он считает себя взрослым, но как при этом вести себя не совсем понимает, поэтому наблюдается подражание сверстникам, плохое поведение, которое особенно усиливается в присутствии посторонних людей. Маленький человек ищет себя, а родители должны ему в этом помочь. Новый образ жизни накладывает определенный отпечаток. Родителям стоит минимизировать дополнительную нагрузку, обеспечить полноценный сон первоклассника, отдых и игры.

Кризис подросткового возраста



В возрасте 11-15 лет у ребенка начинается половое созревание, которое сопровождается активной гормональной перестройкой. На фоне этих изменений ребенок преодолевает подростковый кризис. Он становится грубым, неразговорчивым, проявляет агрессию, но несмотря на это внутри он очень раним и уязвим, его легко обидеть. Ребенок старается отделиться от семьи, поскольку желает, чтобы к нему относились как к взрослому.

Родителям стоит удовлетворить его потребность в независимости. Можно предоставить больше самостоятельности, при этом наложить и обязательства. Важно договариваться, общаться и делиться с подростком своими переживаниями. Советоваться с ним, выслушивать его мнение, интересоваться увлечениями. Во время любого сложного периода родителям важно помнить, что крик и угрозы не принесут результата. Необходимо обеспечить ребенку оптимальные условия для развития. Это поможет сгладить негативные проявления трудного периода.

Подготовила:

Калашникова М.И., психолог