



## **Что такое дошкольные возрастные кризисы?**

Дорогие родители!

Эта информация поможет Вам лучше понимать своих детей, особенно в трудные моменты их жизни.

Ваши дети развиваются неравномерно на протяжении всего детства. Психология выделяет периоды относительно спокойные (стабильные) и критические (кризисные). В спокойные периоды развитие каждого ребёнка имеет медленный, поступательный характер. Изменения в психике ребенка происходят плавно, за счёт накопления незначительных достижений, и, внешне незаметны, в основном. Только при сравнении ребёнка в начале и в конце стабильного возраста отчётливо наблюдаются те перемены, которые произошли в его психике в этот период.

Кризисные (переходные) периоды по своим внешним проявлениям и значению для психического развития отличаются от стабильных. Возрастные кризисы занимают относительно короткое время: несколько месяцев, год, иногда даже два года. В этот период

происходят резкие, фундаментальные изменения в психике ребёнка. Развитие ребёнка в кризисные периоды носит яркий, бурный, стремительный характер. При этом в очень короткий срок ребёнок меняется весь, и это уже становится заметным окружающим взрослым.

В психологии под кризисами подразумевают переходные периоды от одного этапа детского возраста к другому.

Кризисы возникают на стыке двух возрастов и являются завершением предыдущего этапа развития и началом следующего.

Здесь мы рассмотрим кризисы детей от 0 до 7 лет.

Возрастные рамки могут меняться в зависимости от особенностей каждого ребенка. Например, кризис 3-х лет может начаться и в 2 года 10 месяцев, и в 3 года 5 месяцев, а закончиться около 4-х лет или в 3,6. А кризис семи лет может начаться в 6 лет, если ребенок в этом возрасте идёт в школу.

Во время этих кризисов у ребёнка происходит изменение типа отношения со взрослыми и сверстниками, смена одного вида деятельности другим. Например, игра является основным видом деятельности в дошкольном возрасте и сменяется на учебную деятельность (стремлением учиться, узнавать новое) в 7-8 лет.

Кризисы развития - необходимые этапы развития детей. Однако часто кризисы сопровождаются проявлениями отрицательных черт, которые могут закрепиться при неблагоприятном исходе.

Например, это может быть упрямство, конфликтность, негативизм и т.д.

Как протекает кризис, зависит от индивидуальных особенностей ребенка и от поведения значимых взрослых (родителей, педагогов).



## **Кризис 1 года**

Это переходный период между младенчеством и ранним детством. Он, как и всякий кризис, связан с всплеском самостоятельности и появлением бурных эмоций. В период младенчества ребёнок был очень тесно связан с матерью, а теперь он начинает отделять себя от взрослого. Малыш стремится познать окружающий мир, однако его возможности еще очень ограничены. Уже появляются первые слова, он пытается ходить, выполняет различные действия с

предметами. На протяжении кризисного периода малыша сопровождает повышенная эмоциональная возбудимость. И при очередном «нельзя» дети начинают капризничать, кричать, плакать. В этом возрасте ребенок целиком поглощен предметом.

Повышенное любопытство не даёт маме расслабиться ни на секунду. Большая тревога родителей по поводу безопасности своего ребенка, но излишнее давление, которое не допускает даже небольших проявлений самостоятельности, ведёт к появлению сильных аффектов. А также такому же результату приводит и непоследовательность в требованиях значимых взрослых (родителей, бабушек, дедушек), когда сегодня можно, а завтра нельзя или можно при бабушке, а при папе – ни в коем случае.

### Что делать родителям?

1. Аффективные вспышки лучше всего гасятся тогда, когда взрослые спокойно на них реагируют. Спокойствие и терпение – это главное, что можно сделать взрослым.

2. Ребенка раннего возраста легко отвлечь от капризов. Можно спеть веселую песенку, показать любимую игрушку или интересный предмет.

3. Чтобы избегать истерических криков малыша, нужно чаще занимать его каким-либо делом. Читайте книги и рассматривайте

картинки вместе с малышом, обращайтесь внимание малыша на цвета, формы и т.д.

4. Научитесь на запрет тут же предлагать альтернативу. Если что-то запрещаете, то обязательно объясните и предложите компромисс.



### **Кризис 3 лет**

За первые три года жизни ребенок меняется столь сильно, как ни на одном из последующих этапах. У него формируется свое индивидуально отношение к миру, отношение к себе. Малыш начинает отделять себя от близких взрослых и появляется потребность действовать самому «Я сам!» Ребенок все хочет делать сам, даже если не умеет. Взрослые наблюдают своеволие, как один из симптомов кризиса 3 лет. Также можно наблюдать все возрастающую строптивость. Строптивость ребенка направлена против самого образа жизни, против тех правил, которые были в жизни ребенка до 3 лет. Проявляется негативизм, когда ребенок перестает беспрекословно выполнять просьбы взрослых.

Негативизм нельзя путать с непослушанием. Ребенок отказывается делать то, что мы его просим, не потому, что ему не хочется, а только потому, что его попросили об этом. Еще для трехлетнего ребенка могут вдруг потерять ценность совсем недавно обожаемые им игрушки, книги. Можно слышать в речи ребенка появляются выражения, которые означают все плохое, отрицательное, негативное. У малыша может появиться симптом обесценивания: «Ты плохая мама» и т.д. Протест-бунт - как будто «ребенок находится в состоянии войны с окружающими, в постоянном конфликте с ними». Может проявляться и некое подобие деспотизма, когда малыш считает, что весь мир должен вертеться вокруг него одного и слушаться только его. Присутствуют упрямство, своеволие.

Все эти проявления и эмоции появляются в большинстве случаев лишь потому, что значимые взрослые (родители) не дают возможности к самостоятельному удовлетворению желаний, сдерживают его самостоятельность, ограничивают активность и свободу ребёнка.



## Что делать родителям?

1. На плохом поведении ребенка не стоит заострять внимание, и при очередном капризе можно переключить внимание ребенка на что-то другое, создать иллюзию выбора. Например, вы знаете, что ребенок не любит одеваться. Вместо прямого указания: «Одевайся, мы идем гулять», можно предложить выгулять любимую игрушку и спросить «Ты хочешь отвести мишку в парк или на детскую площадку?»»

2. Хвалить ребенка за хорошее поведение, отмечать каждый успех ребенка. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже не нужно. Можно почитать малышу поучительные сказки, стихи: «Мойдодыр» А.Чуковского или А.Барто «Ах ты девочка чумазая». Можно использовать игру «сделай все наоборот».

3. Если ребенок стремится к самостоятельности, то позвольте ему проявить свои возможности, но в пределах разумного, естественно.

4. Можно начинать общаться с ним на равных: попросите помощи в уборке, просите подать пульт от телевизора. Девочки с удовольствием помогают маме делать уборку по дому, мальчики – мастерить что-нибудь с папой. «Спасательный круг» в кризисный период для всех участников - это терпение и гибкость родителей.

Посткризисное развитие ребенка зависит от того, как он взаимодействовал со взрослым.



### **Кризис 7 лет**

В этом возрасте начинает меняться ведущая деятельность – с игровой на учебную. Независимо от того, когда ребенок пошёл в школу, в 6 или 7 лет, он в какой-то момент своего развития проходит через кризис. Этот кризис может начаться в 7 лет, а может сместиться к 6 или 8 годам. Если раньше дошкольник стремился действовать в этом мире, изменять его, то теперь он приходит к осознанию своего места в мире общественных отношений. Теперь он осознает для себя новую социальную позицию – позицию школьника. Эта роль школьника связана с выполнением высокоценимой взрослыми учебной деятельности. В этом возрасте для ребёнка становится важным мнение окружающих. Появляется новый уровень самосознания – не только



как мальчика (девочки), партнёра по игре, но и как друга, ученика, одноклассника. Ребенку очень важно, как он общается с окружающими и как они общаются с ним. Основной из потребностей становится уважение. В зависимости от окружения ребёнка и его места в нём у ребёнка формируется внутренняя позиция, которая определяет его дальнейшее поведение в течение жизни. Если раньше дошкольник свои переживания выражал непосредственно, то сейчас у него появилась внутренняя жизнь. Он начинает скрывать свои переживания и колебания, пытается не показать другим, что ему плохо, сдерживается, думает над этим. Очень часто кризисным проявлением становятся манерность, искусственная натянутость в поведении. Дошкольник всячески пытается показать, что он взрослый, хотя использует для этого детские формы поведения. Дети любят примерять взрослую одежду, стараются высказать свое мнение по любому поводу, вмешиваясь в разговоры взрослых. И если родители пресекают у ребенка попытки высказаться, то ребенок может начать обманывать или капризами пытаться привлечь внимание родителей к себе.

### Что делать родителям?

1. Это возраст почемучек, детям интересно всё. Поэтому используйте этот момент для расширения кругозора ребенка, обсуждайте с ним интересные для него темы.
2. Не забывайте поощрять самостоятельность ребенка, давайте задания, которые ему по силам. Благодаря этому ребёнок

почувствует себя уверенней. Активней оценивайте достижения ребёнка в любых сферах деятельности. Поддержите в случае неудачи. Очень полезно использовать игры с правилами, что они и любят.

3. Когда ребенок начинает капризничать, то не нужно стремиться настоять на своём. Сделайте перерыв, скажите, что поговорите с ребёнком позже, когда он успокоится. Расскажите о последствиях, которые будут после того или иного поступка. Ваши требования должны быть последовательными и не противоречить друг другу.

4. Постарайтесь чаще обсуждать с ребенком события, которые произошли за день. Интересуйтесь его переживаниями.

Очень важно и необходимо, когда между родителями и ребёнком есть тесный эмоциональный контакт.

И помните, что кризис - это явление проходящее!