

Жизнь каждого человека состоит из множества этапов, и в переходные моменты могут возникать срывы привычного состояния, переоценка существующих и открытие новых возможностей. **Такая ситуация и носит название «кризис», а смысл ее заключается в формировании качественных изменений личности.** Возрастные кризисы случаются не только у взрослых людей, они – неизбежная, хотя и кратковременная составляющая роста и развития ребенка.

Для того чтобы лучше понять свое дитя и помочь ему преодолеть сложный период, необходимо знать, когда бывают возрастные кризисы, чем они проявляются и как правильно себя вести в это время.

Кризис первого года

Как правило, к году ребенок начинает ходить, учится разговаривать. Такие перемены вызывают большие **изменения в волевой сфере маленького человека**, которые **выражаются в виде «акций оппозиции», противопоставления себя другим.** Появляются бурные реакции протеста (аффективные вспышки) на всевозможные запреты и ограничения, возникает стремление к автономности при сохранении зависимости от помощи взрослого и его оценки.

В этот период надо стараться учитывать предпочтения ребенка (в тех случаях, когда это можно сделать), позволять ему проявлять свою самостоятельность. При этом необходимо правильно выстроить систему правил и запретов для того, чтобы обеспечить малышу безопасность.



Кризис трех лет

Грань между ранним и дошкольным возрастом – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. У него начинается пересмотр сложившейся системы социальных отношений, становление собственного «Я».

Считается, что именно в этом возрасте начинает формироваться воля, независимость и самостоятельность личности.

Типичные проявления кризиса трех лет:

- **негативная реакция на просьбу или требование взрослого что-либо выполнить из-за внутренней потребности делать все наперекор;**
- **строптивость, направленная не в адрес конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, принятых в семье норм воспитания;**
- **острая потребность в самостоятельности – классическое детское «Я сам!» (при всех положительных сторонах самостоятельности в кризисный период**



эта потребность гипертрофирована вплоть до своеволия, зачастую неадекватна возможностям ребенка и служит источником дополнительных конфликтов со взрослыми).

Трехлетнему ребёнку очень важно, чтобы окружающие люди всерьёз относились к его самостоятельности. Если с ним не считаются, не уважают его мнение и желания, он начинает протестовать. Распознать «бунт» несложно:

• ребёнок проявляет деспотическую власть по отношению к близким людям, заставляет родителей делать все, что он требует;

• то, что было раньше привычно, интересно и дорого малышу, обесценивается в его глазах: он начинает дугаться, дразнить и обзывать родителей, ломать любимые игрушки.



Кризис семи лет

В семилетнем возрасте игровая деятельность сменяется на учебную. **Начинается процесс дифференцировки внутренней и внешней стороны личности ребенка**, который вызывает множество новых для него переживаний:

- он начинает ориентироваться в собственных чувствах, понимать, что значит «я радуюсь» или «я огорчен»;
- появляется способность обобщать личный опыт: если с ребенком много раз случалась какая-то ситуация, он ее осмысливает и на этой основе формирует самооценку – отношение к себе, своим успехам и положению;
- возрастает уровень притязаний к себе (каким бы я хотел быть).



Поведение в этот период характеризуется манерностью, капризами, в ребенке появляется что-то искусственное, нелепое. При этом все негативные стороны поведения проявляются только в привычных условиях, тогда как в новых для ребенка ситуациях они не возникают.

Типичные примеры:

- **Появляется пауза между обращением к ребенку (требованиями, напоминаниями) и его реакцией:** создается впечатление, что он «не слышит» или «делает вид, что не слышит».
- **В ответ на любую просьбу ребенок начинает оспаривать необходимость требуемого или время выполнения поручения.** Частым аргументом в споре является сравнение себя с другими членами семьи, с братьями и сестрами (вчера ему разрешили, «почему ей можно, а мне – нет»). Непослушание и упрямство, отказ от участия в привычных делах: ребенок настаивает на своем не потому, что ему действительно хочется (или наоборот – не хочется) чего-то делать, а потому, что он уже успел высказать свое желание или нежелание и теперь настаивает на своем.

- **Хитрость** - нарушение требований родителей в скрытой форме (вместо мытья рук перед едой ребенок просто проводит в ванной некоторое время и выходит оттуда с мокрыми руками).
- Демонстративная самостоятельность: ребенок выбирает дела и сферы обязанностей, ранее ему не принадлежащие («с удовольствием стирает свои вещи» или «просит разрешения самому сходить за хлебом»), но одновременно отказывается от выполнения поручения или просьбы родителей.

Кризис 11-15 лет

связан с половым созреванием и характеризуется:

- **нестабильным эмоциональным фоном;**
- **категоричностью высказываний и суждений;**
- **грубостью и бесцеремонностью в сочетании с собственной ранимостью;**
- **острым переживанием изъянов своей внешности, действительных и мнимых;**
- **ощущением себя взрослым;**
- **другими увлечениями;**
- **высокой потребностью в общении со сверстниками, объединением в неформальные группы;**
- **ограждением многих сфер своей жизни от контроля родителей;**
- **формированием сексуальной ориентации.**



появлением
сменяющимися друг

Уважаемые родители!

Умейте услышать и понять своих детей!

Помогите им вырасти здоровыми и счастливыми людьми.

Авторы: Кущева С.С.; Дгебуадзе О.М. – врачи-неврологи
УЗ «25-я городская детская поликлиника»

Редакция, компьютерная верстка и дизайн: Лагун А.В.
Ответственный за выпуск: Тарашкевич И.И.

**Комитет по здравоохранению Мингорисполкома
УЗ «25-я городская детская поликлиника»
городской Центр здоровья**



Кризисы детского возраста

Минск