**Кризисы возрастного развития ребенка**

Психические изменения у ребенка могут происходить по-разному. В какие-то моменты они идут плавно и незаметно, в другие – резко и быстро. Исходя из этого, можно выделить стабильные и кризисные периоды в развитии ребенка. Стабильный период – это плавный процесс развития, отсутствие резких перемен и скачков в характере ребенка. Окружающие не замечают небольших изменений, особенно если они происходят в течение достаточно продолжительного отрезка времени.

Детский возраст состоит в основном именно из стабильных периодов. Такие периоды охватывают собой несколько лет, а преобразования в психике, произошедшие за это время, прочно и надолго закрепляются в структуре личности ребенка.

Наряду со стабильными, существуют кризисные периоды. Продолжительность кризисов сравнительно невелика: от нескольких месяцев до двух лет, в зависимости от обстоятельств. В это время в психике ребенка происходят бурные изменения, существенные преобразования в структуре личности, одновременно с этим резко меняется поведение ребенка.

Вспышки гнева, истерики, капризы, ссоры с окружающими – так обычно выглядят проявления кризиса, которые мы можем наблюдать у многих детей. У ребенка школьного возраста в этот момент пропадает интерес к урокам, падает успеваемость, возникают внутренние конфликты и болезненные переживания.

Дети по-разному переживают кризис. Кто-то полностью выходит из-под контроля, у кого-то характер не меняется вовсе.

Ребенок теряет интерес с любимым занятиям, отказывается от привычных отношений. В период кризиса могут возникнуть новые формы общения, новые интересы, которые не будут долгими. По окончании бурного периода они сменятся другими привычками.

Л.С.Выготский выделил следующие кризисные этапы:

- *кризис новорожденности*

- младенческий возраст (2 месяца-1 год)

- *кризис 1 года*

- раннее детство (1-3 года)

- *кризис 3 лет*

- дошкольный возраст (3-7 лет)

 - *кризис 7 лет*

- школьный возраст (8-12 лет)

- *кризис 13 лет*

- пубертатный возраст (14-17 лет)

 - *кризис 17 лет*

**Кризис новорожденности**

Связан с изменением жизненных условий. Ребенок из привычной среды попадает совсем в другие условия. Все девять месяцев он находился в утробе матери. При рождении все резко изменилось. В этот период ребенок адаптируется к новым условиям.

**Кризис 1 года**

Переходный период между младенчеством и ранним детством обычно называют кризисом 1 года. Как всякий кризис, он связан со всплеском самостоятельности, появлением аффективных реакций (аффект – вид эмоционального состояния, сильное кратковременное бурно протекающее чувство (ярость, восторг, ужас и др.). Аффективные вспышки у ребенка обычно возникают, когда взрослые не понимают его желаний, его слов, его жестов и мимики, или понимают, но не выполняют то, что он хочет. Ребенок начинает самостоятельно ходить по дому, возрастает круг запрещенных и опасных для него предметов. Не все желания ребенка выполнимы потому, что его действия могут причинить вред ему или окружающим. При очередном слове “нельзя” некоторые дети кричат, падают на пол, бьют по нему руками и ногами. Чаще всего появление сильных аффектов у ребенка связано с определенным стилем воспитания в семье. Это или излишнее давление, не допускающее даже небольших проявлений самостоятельности, или непоследовательность в требованиях взрослых, когда сегодня можно, завтра нельзя, или можно при бабушке, а при папе – ни в коем случае. Установление новых отношений с ребенком, предоставление ему некоторой самостоятельности, т.е. большей свободы в действий в допустимых пределах, терпение и выдержка близких взрослых смягчают кризис, помогают ребенку избавиться от острых эмоциональных реакций.

**Кризис 3 лет**

Кризис 3 лет – граница между ранним и дошкольным детством – один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это кризис выделения своего “я”. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения. В возрасте трех лет ребенок начинает активно использовать местоимение «я». Вместе с этим идет формирование самооценки, когда ребенок оценивает себя: «я хороший». Ребенок учится самостоятельности, требует права на то, чтобы проявлять инициативу: «я сам!».

Самостоятельность и активность ребенка возрастают, это требует от близких своевременной перестройки. Если новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают кризисные явления.

Л.С. Выготский описывает основные характеристики кризиса 3 лет.

* Негативизм– негативная реакция не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Главный мотив действия – сделать наоборот.
* Меняется мотивация поведения ребенка. В 3 года он впервые становится способен поступать вопреки своему непосредственному желанию. Поведение ребенка определяется не этим желанием, а отношениями с другим, взрослым человеком.
* Упрямство. Это реакция ребенка, которая настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он сам об этом сказал взрослым и требует, чтобы с его мнением считались.
* Строптивость. Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания.
* Ярко проявляется тенденция к самостоятельности: ребенок хочет все делать и решать сам. В принципе это положительное явление, но во время кризиса гипертрофированная тенденция к самостоятельности приводит к своеволию, она часто неадекватна возможностям ребенка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми.
* У некоторых детей конфликты с родителями становятся регулярными, они как бы постоянно находятся в состоянии войны со взрослыми. В этих случаях говорят о протесте-бунте.
* Обесценивание. 3-летний ребенок может начать ругаться (обесцениваются старые правила поведения), отбросить или даже сломать любимую игрушку, предложенную не вовремя (обесцениваются старые привязанности к вещам) и т.п. У ребенка изменяется отношение к другим людям и к самому себе. Он психологически отделяется от близких взрослых. Ребенок учится воспринимать себя отдельно от взрослых. Отдаляясь, ребенок учится строить более серьезные отношения со взрослыми. Взрослым необходимо смириться с тем, что ребенок подрос, и ему нужен простор для активных действий. В том случае, если родители не идут навстречу ребенку, не поощряют его самостоятельность, ограничивают в проявлении инициативы, возникновение кризисных проявлений неизбежно.

Как правило, с негативными проявлениями кризиса трех лет сталкивается в первую очередь мама, и вся ответственность за благополучный выход из «полосы капризов» ложится на ее плечи.

* Главное – помнить о том, что ребенок сам больше всех страдает от кризиса. Выработайте свою линию поведения, проявите гибкость в мерах воспитания, сделайте круг прав и обязанностей малыша шире. Пусть ребенок насладится самостоятельностью в разумных пределах.
* Имейте ввиду, проявляя упрямство, ребенок ищет ваши слабые места. Изучив ваш характер, ребенок может эффективно воздействовать на вас, добиваясь всего, что хочет.
* Будьте последовательны в требованиях. Дело в том, что в течение дня ребенок может несколько раз переспросить, можно ему сделать что-либо или нельзя. Кстати, если вы будете достаточно настойчивы в своих запретах, ребенок может обратиться за разрешением к папе, бабушке и т.д. Важно, чтобы требования будут едины у всех взрослых членов семьи.
* Постарайтесь не сердиться на эгоизм ребенка. Сочетайте наказания с поощрениями, объясняйте, что ваши требования разумны – ведь ребенок гораздо более восприимчив к терпеливым объяснениям, чем к внезапным вспышкам эмоций в его адрес.
* Будьте изобретательными в мерах воспитания. Проведите ролевую игру, смысл которой – показать, что ребенок уже «взрослый». Например, если ребенок отказывается обедать, не проявляйте настойчивость. Вместо этого попросите его от имени игрушечного мишки или куклы накормить его. Ребенок почувствует себя взрослым, со знанием дела ухаживая за «младшей» игрушкой. Тем временем, незаметно для себя самого, он съест свой обед.
* Для ребенка в три года очень важно чувствовать себя наравне со взрослыми.
* Не придавайте большого значения упрямству и капризности. При­мите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка. Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете. Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.
* Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.
* Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!». Ребенку только этого и нужно.
* Постарайтесь схитрить:«Ох**,** какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка и т.д.)!», «А что это там за окном ворона делает?» — подобные отвлекающие маневры заинтри­гуют капризулю, он успокоится.
* Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали; «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

**Кризис 7 лет**

Может начаться в 7 лет, а может сместиться к 6 или 8 годам. Открытие значения новой социальной позиции – позиции школьника, связанной с выполнением высоко ценимой взрослыми учебной работы. Формирование соответствующей внутренней позиции коренным образом меняет его самосознание. Изменение самосознания приводит к переоценке ценностей. Происходят глубокие изменения в плане переживаний – устойчивые аффективные комплексы. Проявляется то, что Л.С. Выготский называет обобщением переживаний. Цепь неудач или успехов, каждый раз примерно одинаково переживаемых ребенком, приводит к формированию устойчивого аффективного комплекса – чувства неполноценности, унижения, оскорбленного самолюбия или чувства собственной значимости, компетентности, исключительности.

Это приводит к возникновению внутренней жизни ребенка. Начавшаяся дифференциация внешней и внутренней жизни ребенка связана с изменением структуры его поведения. Появляется смысловая ориентировочная основа поступка. Это интеллектуальный момент, позволяющий более или менее адекватно оценить будущий поступок с точки зрения его результатов и более отдаленных последствий. Она исключает импульсивность и непосредственность поведения ребенка. Благодаря этому механизму утрачивается детская непосредственность; ребенок размышляет, прежде чем действовать, начинает скрывать свои переживания и колебания, пытается не показывать другим, что ему плохо.

Ребенок в семь лет уже понимает и осознает собственные переживания, способен обобщить свои предпочтения. Только теперь он может сам определить, что ему нравится, а что нет, не опираясь при этом на точку зрения взрослого.

Признаки кризиса семи лет:

* Манерничанье и кривляние. Ребенок начинает вести себя нарочито не так, как раньше. Такое поведение выглядит искусственным и нелепым, что вызывает осуждение взрослых.
* Пауза. Определенный временной зазор между обращением к ребенку и его реакцией, в результате ребенок или отказывается выполнять требования взрослого, или любыми средствами откладывает их выполнение. Как правило, подобным образом дети реагируют на привычные требования, тогда как к любым новым предложениям они относятся с большим энтузиазмом.
* Спор. Ребенок отказывается выполнять просьбы взрослого, мотивируя это своей занятостью. В отличие от паузы, спор – это словесное выражение своего несогласия. Например, если ребенка зовут идти спать, он находит множество доводов против: вчера разрешили не спать, а другие всегда ложатся позже и пр.
* Непослушание. В данном случае ребенок может пообещать выполнить что-либо и не выполнить. Невыполнение требований ребенок может аргументировать, в том числе с помощью хитрости.
* Хитрость. Ребенок создает ситуации, которые позволяют ему избежать выполнения обязанностей. Например, вместо того, чтобы вымыть руки, ребенок некоторое время стоит возле раковины, а затем сообщает, что руки помыл.
* «Взрослое поведение».Ребенок использует в речи обороты, услышанные из уст кого-либо из взрослых. Опять же, цель такого поведения – добиться своего, обойдя требования родителей. Например, чтобы избегнуть занятия чтением, ребенок может сказать, что у него «испортится зрение» и т.п.
* Требовательность. Ребенок назойливо напоминает о том, что было ему обещано.

Все описанные симптомы связаны с противопоставлением себя правилам, которые сформировали родители.

Старший дошкольник начинает стремиться к участию в жизни не только своей семьи, но и общества в целом, а наиболее близкий и доступней в его восприятии способ реализации этого стремления — поступление в школу.

Вот почему большинство детей с нетерпением ждут этого момента, с удовольствием играют в школу и по несколько раз в день перебирают купленные мамой и папой школьные принадлежности.

Шести-семилетний ребенок стремится всячески продемонстрировать, что он уже стал взрослым, что он многое знает и понимает, он хочет постоянно участвовать в разговорах взрослых, высказывать свое мнение и даже навязывать его окружающим.

Дети этого возраста любят надевать взрослую одежду, часто примеряют мамины туфли или папину шляпу, девочки, когда поблизости нет мамы, пытаются использовать ее косметику.

**Как вести себя родителям**

* Следует понять, что негативные проявления кризиса семи лет – это попытка ребенка вести себя «как взрослый», то есть не так, как он вел себя, пока был «маленький».
* Найдите баланс между самостоятельностью ребенка и сложившимися семейными традициями.
* Помните, что ребенок нуждается в вашей реакции на его поведение. Одобряйте его самостоятельность, при этом ограничивайте рискованные инициативы ребенка.
* Ни абсолютный контроль, ни полное попустительство не приведут к успеху.
* Приучайте ребенка к осознанию ответственности: любое действие имеет свои последствия.
* Если ребенок занят делом и не просит вас о помощи – не вмешивайтесь.
* Позвольте ребенку встретиться с негативными последствиями его поступков. Этим вы дадите ребенку шанс повзрослеть. Например, если ребенок не торопится к обеду, предложите ему самостоятельно подогреть суп, когда ребенок наконец явится на кухню.
* Даже если ваш ребенок в данный период времени невыносим, помните о том, что это ваш ребенок. Никогда не лишайте его эмоциональной поддержки, даже если его поведение не вызывает у вас одобрения.
* Помните, что взаимопонимание – это двусторонний процесс. Не бойтесь делиться с ребенком своими трудностями. Например, если вы устали и очень хотите спать, просто расскажите об этом ребенку. Вероятность того, что он ляжет спать будет больше, чем, если вы будете просто заставлять его лечь.
* Предоставьте ребенку возможность взрослеть, заботясь о своих родителях – так он вырастет более чутким и восприимчивым к интересам окружающих.
* Поощряйте самостоятельность и активность ребенка, предоставьте ему возможность действовать самостоятельно.
* Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя. Помогайте ребенку в сложных ситуациях.
* Привлекайте ребенка к обсуждению различных «взрослых» проблем.
* Поинтересуйтесь его мнением по обсуждаемому вопросу, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать.
* Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается.
* Будьте готовы принять точку зрения малыша и согласиться с ним.
* Будьте рядом с ребенком, покажите, что вы понимаете и цените его, уважаете его достижения и можете помочь в случае неудачи.
* Покажите ребенку способ достижения желаемого и не забудьте похвалить его в случае успеха. Поощряйте даже самый маленький успех ребенка на пути достижения цели. Это поможет ему укрепить веру в себя, почувствовать себя сильным и самостоятельным.
* Отвечайте на вопросы ребенка. Не отмахивайтесь от вопросов малыша, даже если вы неоднократно отвечали на них.
* Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребенку, то стойте на своем до конца. В противном случае слезы и истерики станут для него удобным способом настоять на своем мнении.
* Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребенку одинаковые требования. Иначе то, что не разрешают папа с мамой, будет очень легко выпросить у бабушки — и тогда все усилия не принесут пользы.
* Подавайте ребенку пример «взрослого» поведения. Не демонстрируйте при нем обиду и раздражение, недовольство другим человеком.
* Соблюдайте культуру диалога. Помните, что ваш малыш в общении во всем подражает вам, и в его поведении вы можете увидеть зеркальное отражение своих привычек и способов общения.
* Полезно давать специальные поручения, включать в домашние дела, выполняя которые, они бы видели результат своего труда и чувствовали бы его важность для всей семьи: например, поливать цветы, кормить кошку, мыть посуду, подметать пол, пылесосить и др. Детям хочется делать что-то полезное, серьезное, где они чувствуют, что умеют или могут этому научиться, чтобы гордиться своими успехами и умениями.
* Быть доброжелательнее, найти время пообщаться с ребенком, заняться полезными общими делами. Это особенно важно, когда у ребенка появляется вертлявость, клоунада – значит, ему не хватает признания взрослых, он требует к себе внимания, переживает. Перед сном желательно проводить спокойные беседы о том, что случилось с ним за день, хвалить его за добрые дела и поступки.
* Помогать детям в организации игр и занятий, найти время поучаствовать в них.
* Поощрять активность ребенка в интеллектуальных занятиях. Предлагать детям больше заданий на развитие воображения, фантазии, творческой инициативы: игры «в театр», придумывание сказки с продолжением, творческие задания – вылепить из пластилина «чудо-юдо», нарисовать зимний лес, вырезать из бумаги волшебное животное и др. Такие задания стимулируют развитие у ребенка важнейшей предпосылки к учебной деятельности.
* Поддерживать разговор с ребенком о школе, говорить о ней только хорошее: для чего дети учатся, чему в школе учат. Сформировать у ребенка представление о том, что учеба – это серьезный труд, поэтому надо быть внимательным, старательным учеником.
* Включать их в домашние дела и полезные занятия. Полезно выполнение заданий с самоконтролем.
* Поощрять учебные успехи: радоваться вместе с ним, выражать это в словах, например: «Молодец! Я знал(а), что у тебя получится!

**Кризис 13 лет**

Пубертатный кризис (от 11 до 15 лет) связан с перестройкой организма ребенка – половым созреванием. Активизация и сложное взаимодействие гормонов роста и половых гормонов вызывают интенсивное физическое и физиологическое развитие. Появляются вторичные половые признаки. В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.

Половая идентификация достигает нового, более высокого уровня. Отчетливо проявляется ориентация на образцы мужественности и женственности в поведении и проявлении личностных свойств.

Благодаря бурному росту и перестройке организма в подростковом возрасте резко повышается интерес к своей внешности. Формируется новый образ физического «Я». Из-за его гипертрофированной значимости ребенком остро переживаются все изъяны внешности, действительные и мнимые.

На образ физического «Я» и самосознание в целом оказывает влияние темп полового созревания.

Появляется чувство взрослости – ощущение себя взрослым человеком, центральное новообразование младшего подросткового возраста. Возникает страстное желание если не быть, то хотя бы казаться и считаться взрослым. Отстаивая свои новые права, подросток ограждает многие сферы своей жизни от контроля родителей и часто идет на конфликты с ними. Кроме стремления к эмансипации, подростку присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Ведущей Деятельностью в этот период становится интимно-личностное общение. Появляются подростковая дружба и объединение в неформальные группы. Возникают и яркие, но обычно сменяющие друг друга увлечения.

**Кризис 17 лет**

Кризис 17 лет (от 15 до 17 лет). Возникает точно на рубеже привычной школьной и новой взрослой жизни. В это время ребенок оказывается на пороге реальной взрослой жизни.

Для тех, кто тяжело переживает кризис 17 лет, характерны различные страхи. Ответственность перед собой и своими родными за выбор, реальные достижения в это время – уже большой груз. К этому прибавляется страх перед новой жизнью, перед возможностью ошибки. Высокая тревожность и на этом фоне выраженный страх могут привести к возникновению невротических реакций, таких как повышение температуры перед выпускными или вступительными экзаменами, головные боли и т.п.

Период стабилизации личности. В это время складывается система устойчивых взглядов на мир и свое место в нем – мировоззрение. Центральным новообразованием периода становится самоопределение, профессиональное и личностное.