

## Консультация для родителей: «Возрастные кризисы детей дошкольного возраста»

Подготовила педагог-психолог  
Ретина М.В.



Ребенок истерически кричит уже больше получаса и не хочет успокаиваться... В ответ на ваши просьбы делает все наоборот... Совершенно неожиданно лег на пол и бьется об него головой... В супермаркете громко просит купить ему игрушку, требование переходит в крик, а затем в истерику... Во время прогулки не хочет идти дальше и «обмяк» на ваших руках... Знакомые ситуации, правда? Думаю, как минимум с одной

из них хотя бы раз сталкивается большинство родителей. Если вы относитесь к тем редким счастливым, чьи дети послушны и все время ведут себя идеально, - этот материал точно не для вас. Хотя с подобными ситуациями рано или поздно сталкиваются ВСЕ родители. И от ваших действий в самом начале негативных поведенческих проявлений будет зависеть частота их повторения в будущем. Описанные выше ситуации или свидетельствуют о том, что ребенок переживает кризисный период, или говорят о нарушениях поведения малыша, что потребует уже вмешательства и коррекции. Сегодня мы рассмотрим, в каких случаях такие проявления могут считаться нормой и каким образом тогда вести себя родителям. А точнее, поговорим о кризисных этапах развития детей до семи лет.

Через возрастные кризисы проходит каждый из нас. Это неизбежные этапы взросления, перестройки всего организма, которые сопровождаются изменениями психических и физиологических процессов. Любой кризис обязательно сменяется периодом стабильности. Смысл любого возрастного кризиса прост и понятен: **НЕ ХОЧУ по-старому, но еще НЕ МОГУ по-новому**. Поэтому я такой злой, раздражительный, поэтому все не так и не эдак, поэтому буду поступать назло маме и папе. А вы разве не раздражаетесь и не злитесь, когда что-то вдруг не получается, особенно, если, по вашему мнению, не должно было возникнуть проблем? **НЕ ХОЧУ** быть зависимым и несамостоятельным, но пока **НЕ МОГУ** стать самостоятельным и независимым. Вот вам и объективные причины для раздражительности и капризов. И конечно же, мы будем обращать весь негатив на тех, от кого больше всего зависим, то есть на родителей. Кстати, подобный конфликтный сценарий будет и в семьях, где один из супругов полностью зависим от другого. Мы всегда одновременно страстно любим и тихо ненавидим тех, от кого зависимы. Но, чтобы оторваться, стать самостоятельным, ненависть неизбежна; негативные чувства и отрицательные проявления в данном случае помогают это сделать. **ХОЧУ**, но пока **НЕ МОГУ**, - общая черта всех без исключения возрастных кризисов, происходящих в период развития ребенка. Для каждого характерны положительные изменения в виде новых достижений, так называемых новообразований, и отрицательные проявления в виде различных поведенческих реакций. Но при этом каждый имеет свои специфические черты.

**Главное помнить, что возрастные кризисы – это не болезнь и не психическое расстройство. Это переход нервной системы на новый уровень.**

**Первый кризис - это кризис первого года.**



Этот кризис зачастую остается незамеченным, хотя родители в большинстве случаев отмечают, что у ребенка появляются первые попытки отделиться от мамы и действовать самостоятельно. Она перестает быть центром для малыша. Основные достижения: ребенок начинает ходить и говорить, использовать различные предметы по назначению. Основной чертой кризиса считается так называемая автономная речь. Это известные «гав-гав», «би-би», «були-були» и другие понятные только нам слова нашего ребенка. Такая речь считается переходным этапом от неречевого к речевому развитию. Главное - не сюсюкать с ребенком, а говорить внятно и четко, даже если вас очень умиляют его «ам-ам» и «синимр» (что бы это не значило). Кстати, именно начиная с этого периода малыша трудно отвлечь от той вещи, которая привлекла его внимание. По итогам кризиса должны возникнуть потребность в общении и чувство доверия к окружающему миру. Физиологические особенности: за счет телосложения (длинное туловище, большая голова и короткие ноги) и недостаточного развития свода стопы ребенок еще не совсем устойчиво стоит на ногах и передвигается, раскачиваясь из стороны в сторону. Но это его уроки и его развитие, поэтому желательно предоставлять ему больше свободы в освоении двигательных действий, а не стремиться предотвратить любое падение. Интенсивно развивается большинство отделов головного мозга ребенка, вес мозга с рождения увеличивается к одному году почти в три раза. Активно созревают зрительные доли головного мозга, заканчивается развитие сетчатки. Благодаря этим изменениям ребенок становится способен воспринимать форму и начинает с помощью зрения активно исследовать окружающие его предметы. Дальнейшее развитие лобных долей головного мозга делает возможным восприятие связанности и упорядоченности предмета, формирует осознанное восприятие. Эти особенности способствуют дальнейшему самостоятельному познанию ребенком окружающей среды с опорой на данные органов чувств, в первую очередь зрения. С этого периода важно предоставить малышу относительную свободу в исследовании мира вокруг него, по возможности обезопасив окружающую среду (и конечно, под наблюдением взрослых).

***Возможные отрицательные проявления:***

- упрямство;
- плаксивость;
- капризность

Правда, проявления пока еще несмелые, очень осторожные и могут быть единичными. Дети экспериментируют аккуратно и смотрят на вашу реакцию. Главное - не поддаваться, ведь дальше будет только интереснее и веселее, а способы «управления» родителями все изощреннее.

## Второй кризис – это кризис трех лет.



Этот кризис один из самых известных, прежде всего потому, что его проявления, как правило, очень яркие и активные. Истерики «на полу» и использование сочетания «голова + стена» для достижения желаемого – довольно распространенные его проявления. Основные достижения: самое главное, что появляется, - это стремление к самостоятельности и независимости. «Я сам» - как раз про этот период. У ребенка

впервые возникает чувство гордости за собственные достижения. Способность управлять своим телом и, как следствие, действовать автономно также формируется именно в это время. Ребенок уже активно разговаривает и действует с предметами вокруг себя. Физиологические особенности: за счет быстрого роста рук и ног изменяются пропорции тела ребенка, в результате смещается центр тяжести, что облегчает передвижение; укрепляется хрящевая ткань, начинают развиваться мышцы плеча и предплечья (однако ребенок еще с трудом держит карандаш и рисует и пока не способен делать это долго).

Практически полностью сформированы органы слуха, достаточно развито цветовосприятие. Активно развивается речевой аппарат. По сравнению с предыдущим периодом, темпы роста головного мозга замедляются, но все же остаются достаточно высокими. Укрепляются межполушарные связи. Однако процессы возбуждения по-прежнему преобладают над процессами торможения. Тормозные функции развиты недостаточно, что проявляется в неусидчивости ребенка и его неспособности оценить опасность в процессе исследования окружающего мира. Важно помнить, что большая неусидчивость обусловлена физиологическими особенностями малыша, и не обездвиживать его насильно. Все это готовит ребенка к следующему этапу, на котором он начнет еще активнее исследовать мир вокруг себя, стремясь ко все большей самостоятельности.

### **Возможные отрицательные проявления:**

- основная черта: негативизм («не буду делать то, о чем просят родители» или «родители попросили о чем-то, а я сделаю все наоборот»);
- обесценивание близких взрослых, отстранение от них вплоть до разрыва существовавшей ранее связи (в первую очередь попадает маме и папе, но бывает, что «задевает» и других членов семьи);
- упрямство;
- строптивость;
- бунтарство, протест;
- своеволие;
- стремление к деспотизму (встречается нечасто и в основном если ребенок единственный или очень избалован).



На самом деле за разрывом прежних социальных связей кроется стремление ребенка построить новые отношения, в которых он будет более независимым и самостоятельным. Кстати, именно кризис трех лет считается временем наиболее частых капризов и истерик и может длиться достаточно долго.

Если к четырем годам таких острых моментов не стало меньше, то это говорит уже о нарушениях поведения ребенка.



### **Третий кризис - это кризис семи лет.**

В основном этот кризис связывают со временем поступления ребенка в школу. Основные достижения. К этому времени должен произойти полный перенос исследовательской активности ребенка за пределы тела и, как следствие, сформироваться инициативность. Начинает закладываться такое качество, как трудолюбие. Дошкольник теряет детскую непосредственность, начинает переживать, какой результат принесет его действие, как его воспримут окружающие. Возрастает самостоятельность. Он готов к школе, начинает владеть собой.

**Физиологические особенности.** Отмечается увеличение скорости роста тела в длину, конечности по-прежнему растут быстрее, чем туловище, но темп их роста, по сравнению с трехлетним возрастом, замедляется. Дальнейшее развитие мышц рук приводит к совершенствованию координационных способностей, дети полностью готовы к освоению графических навыков. Развиваются скелетные мышцы и уровень координации движений в целом, что отражается на играх ребенка. Дети по-прежнему быстро утомляются при физических и умственных нагрузках, особенно если они носят статический характер. Вот почему им противопоказаны занятия дольше 15-20 минут, так как они связаны с переутомлением разных физиологических систем. Совершенствуется терморегуляция. Именно этот период считается наиболее благоприятным для старта закаливающих процедур, которые должны начинаться с рук и ног (мытьё холодной водой). Дальнейшее созревание мозга приводит к формированию интегративных процессов деятельности нервной системы, развитию внимания, углубленного восприятия и произвольной регуляции деятельности по внешней инструкции, чему содействует активное развитие лобных и центральных долей мозга. Все эти особенности подготавливают дошкольника к обучению в школе. Однако необходимо помнить, что первоначально ребенок не способен к длительным умственным нагрузкам и произвольности поведения, нуждается в помощи взрослого.

### **Возможные отрицательные проявления:**

- манерничанье, свои душевные переживания и обиды ребенок скрывает «под маской»;
- капризы, упрямство и протест, а иногда и агрессия могут быть направлены против родителей и даже учителей, если ребенка рано отдали в школу;
- замкнутость, дошкольник старается скрыть свои эмоции, когда ему плохо или тяжело;
- неуправляемость поведения.

Большинство этих проявлений исчезает после поступления ребенка в школу.

**Обращаем ваше внимание на то, что привязка к возрасту ребенка при выделении кризисов очень условна. Основная характеристика кризиса - переход к новой ступени развития.** В своем развитии мы можем двигаться быстрее или медленнее. Это наше ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ДВИЖЕНИЕ, это индивидуальное движение вашего ребенка. И многие нормы, сложившиеся в первой половине прошлого века, давно пора пересмотреть. Ведь наши дети сегодня развиваются быстрее по сравнению с теми возрастными границами, о которых принято говорить в науке. Кризисы могут проявиться на несколько месяцев и даже на год раньше так называемой нормы. Об их начале будет свидетельствовать изменение поведения малыша, а отнюдь не его биологический возраст.

### КАК ЖЕ РОДИТЕЛЯМ РЕАГИРОВАТЬ НА ИЗМЕНЕНИЕ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЕНКА ВО ВРЕМЯ КРИЗИСОВ?

Рассмотрим основные линии поведения родителей.

- Понимание того, что с ним происходят изменения, и знание того, какие это изменения, в чем их суть на каждом возрастном этапе.
- Искренняя радость от того, что ребенок меняется и взрослеет.
- Предоставление ему возможности действовать самостоятельно там, где это допустимо. Например, не следует выполнять за ребенка то, что он может сделать сам (держат ложку в один год, самостоятельно одеваться в три года и выбирать, что он наденет, в семь лет).
- Терпение, спокойная и взвешенная реакция на капризы.
- Поддержка и внимание, когда малыш в этом нуждается.
- Похвала за достижения.
- Во время истерик оставить ребенка одного (но главное, в безопасности). В этом случае обычно дети успокаиваются.
- Публичные истерики можно предотвратить, если заранее договориться с ребенком о том, как он должен себя вести и что будет ему за это наградой.
- Лучше не доводить до наказания, поскольку оно может только ухудшить поведение, но в любом случае помните, что ограничение двигательной активности противопоказано ребенку по физиологическим признакам.

Можно помочь своему ребенку преодолеть некоторые отрицательные поведенческие проявления с помощью психотерапевтических сказок. Вы можете использовать как уже готовые сказки, так и придумывать их самостоятельно, заодно и воображение поразвиваете. Расскажите ребенку, например, о колючем ежике или упрямом ослике, с которыми никто не хотел играть. Можете предложить ему закончить сказку самому. Таким образом вы узнаете много интересного о своем ребенке и его переживаниях.

Предложенные приемы помогут спокойно воспринять кризисные периоды и снять некоторые их негативные проявления. Но помните, что кризисы тоже индивидуальны, и вы понимаете и чувствуете своего ребенка лучше, чем кто бы то ни было, а значит, можете найти к нему особый подход и помочь ему лучше любого специалиста. Главное правило: ваш ребенок растет и с каждым годом становится все более самостоятельным и независимым, и вам нужно его постепенно отпускать. Иначе в итоге вы получите маменькиных или папенькиных дочек и сыночков, капризных, эгоистичных и неспособных брать на себя ответственность. Думаю, такого итога не хочет ни один родитель. Ведь кризис семи лет не последний - самостоятельное плавание начнется после 18 лет, а то и 21 года. Поэтому поводов для особого беспокойства в связи с самостоятельными действиями ребенка пока нет. Вы пока

верховный главнокомандующий. Так что наслаждайтесь, но помните о СВОБОДЕ вашего ребенка.

Также помните: в норме кризисы обычно длятся несколько недель, максимум несколько месяцев, затем поведение должно измениться, стать спокойнее и стабильнее. Обычно говорят: «перерос». Довольно часто родители начинают использовать удобное слово «кризис» для оправдания любого неодобряемого, неприятного или странного поведения ребенка. Сначала - кризис одного года (это звучит как «у него режутся зубки»), потом - примерно с двух лет - кризис трех лет (про него, как ни странно, слышали практически все родители). Кризис трех лет может «затянуться» лет до семи, а потом уже - «переутомился в школе» и сразу следом - «подростковый кризис». Очень удобно, не правда ли?

Однако кризис - это вовсе не повод для оправдания капризов, истерик и непослушания. Особенно если такое поведение, мягко говоря, несколько затянулось. Еще раз подчеркнем: периоды кризисов будут неизменно сменяться периодами спокойного и стабильного развития. Иначе это дополнительный повод для родителей задуматься о том, что ребенок нуждается в коррекции поведения. Справедливости ради нужно отметить, что затянувшимися кризисы бывают и в тех случаях, когда родители не дают малышу необходимой ему на данном этапе самостоятельности.

Итак, если ребенок продолжает капризничать, истерить, вести себя вызывающе, то сначала анализируем, достаточно ли мы предоставляем ему свободы для его возраста. Если ответ на этот вопрос положительный, то самое время работать над поведением ребенка. Главная задача здесь - выработать четкие семейные правила поведения, предполагающие одинаковую реакцию всех членов семьи на такое поведение ребенка и обязательное наказание за непослушание.

### ***Используемая литература:***

1. Детский психолог, кандидат наук А. Бучкова – Актуальный разговор в вопросах и ответах.
2. Младик И. – Книга для неидеальных родителей.
3. Использовались материалы с интернет-ресурса: [www.nsportal.ru](http://www.nsportal.ru)