# Кораблик Детства



**Выпуск №8**
**апрель 2018**

***Ежемесячная газета отдела ранней помощи ГОБУ МО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»***

## *Тема номера – Первое «НЕ ХОЧУ»*

**В этом номере:**

1. Кризисы раннего возраста. Проявление возрастных кризисов у детей.
2. Кризис новорожденности.
3. Кризис 1 года.
4. Кризис 3 лет.
5. Правила поведения родителей в период детского кризиса.

### КРИЗИСЫ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Детские кризисы у ребенка наступают в определенные периоды его жизни. Проходят через возрастные кризисы все дети. Особенностью развития детей младшего возраста является ее скачкообразность — периоды плавного и спокойно усвоения и переваривания информации сменяются своеобразными скачками в развитии. И, хотя, для родителей периоды детских кризисов становятся проверкой на прочность, большинство детских психологов едины в своем мнении — кризисы необходимы ребенку для полноценного развития.

**КАЖДЫЙ ВОЗРАСТНОЙ КРИЗИС У ДЕТЕЙ — ЭТО ПЕРЕХОД РЕБЕНКА НА НОВУЮ СТУПЕНЬКУ РАЗВИТИЯ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ.**

Это, пожалуй, ключевая мысль, которую нужно понять и помнить родителям. После этого родителям проще понять потребность ребенка и мотивацию его поведения во время кризиса любого возраста. И помните вам тяжело, но ребенку в это время еще тяжелее. Поэтому задача родителей — помочь ребенку научиться понимать себя, свои желания и потребности и таким образом преодолеть очередной кризис возрастного роста.



Каждый раз возрастной кризис выражается по-особенному. И чаще всего, кризис переживает вся семья: как дети, так и взрослые.

Попробуем разобраться в видах детских кризисов, их значении для жизни как детей, так и взрослых, и в их особенностях, а также в том, как с ними бороться и как их переживать.



## ПРОЯВЛЕНИЕ ВОЗРАСТНЫХ КРИЗИСОВ У ДЕТЕЙ

Первым признаком приближающегося возрастного кризиса у ребенка является увеличивающееся количество негативных проявлений в поведении. Родители замечают, что ребенка как будто подменили.

Начало и конец кризисного периода распознать достаточно сложно. В начале родители не могут распознать кризис сразу потому, что не связывают изменения в поведении ребенка с кризисом, а скорее склонны жаловаться на капризность, непослушание или избалованность ребенка.

Окончание кризиса подходит незамеченным поскольку отступает он тогда, когда родители и ребенок учатся жить в гармонии, уважать и принимать интересы друг друга, а происходит это обычно не за один день.

## КРИЗИС НОВОРОЖДЕННОСТИ

Счастливым и радостным событием является рождение ребенка. Родителей переполняют самые нежные чувства. Для малыша же первое время после появления на свет – кризисный момент. Он попадает в совершенно иные условия: холод, яркая освещенность, воздушная среда, требующая другого типа дыхания, необходимость смены типа питания.

Приспособиться к этим новым, чуждым для него условиям, ребенку помогают наследственно закрепленные механизмы — безусловные рефлексы. С момента появления на свет кроха обладает врожденными рефлексами: сосательным, хватательным, подошвенным, шаговым, глотательным и др. Эти реакции безусловные, они естественны и необходимы для адаптации малыша к самостоятельному существованию. Их слабое проявление или отсутствие — повод для тревоги со стороны родителей и врачей.

Наряду с этими природными закономерностями в период новорожденности формируются и условные рефлексы. Это примитивная деятельность как следствие реагирования на окружающую среду. Сюда относятся улыбка грудничка при виде людей, его плач как зов о помощи и внимании, гуление и движения при приближении кого-нибудь. Все перечисленные реакции в комплексе называются комплексом оживления. Комплекс оживления, включающий истинно человеческую особенность – улыбку, - знаменует собой появление первой социальной потребности – потребности в общении.

Характерным признаком кризиса новорожденности является противостояние полной зависимости ребенка от взрослых, потребности в уходе и внимании, с одной стороны, и неумения выражать свои желания – с другой. Этот «конфликт» становится толчком к возникновению индивидуальной психологической деятельности малыша. Он родился, он уже личность!



Продолжительность этого критического периода индивидуальна. Обычно он длится с момента рождения, когда ребенок начинает терять вес, и до того времени, когда вес восстанавливается до исходных показателей. В целом, кризисный этап в жизни грудничков длится не более 2-х месяцев. Когда ребенок начинает самым примитивным образом общаться со взрослыми, тогда и заканчивается период новорожденности и начинается следующий этап — младенчество.

# КРИЗИС 1 ГОДА

В возрасте около 1 года происходит первая сепарация ребенка от взрослого. До этого времени малыш ощущал себя единым целым с мамой. А теперь ребенок делает первые шаги, соответственно расширяются его возможности исследования мира. А все мы знаем, насколько сильна и важна познавательная потребность у ребенка, она обеспечивает его развитие. Появляется «первая» речь, которая еще непонятна взрослому. Но малыш очень старается повторять услышанные слова и «вступить в диалог» с мамой и папой. Таким образом, перед ребенком очень четко встают определенные границы дозволенного родителями, а у родителей появляется необходимость вводить четкие запреты. Если раньше мы могли взять на руки ребенка, унести его от розетки и отвлечь, то сейчас он уже более настойчиво заявляет о своей самостоятельности и о своих желаниях, и снова и снова идет к розетке своими окрепшими ножками.

**Особенности ребенка в возрасте 1 года:**

- восприятие себя как отдельного человека со своими потребностями и желаниями;
- всплеск самостоятельности и потребность отстаивать свои желания;
- появляется желание вступить в диалог со взрослым, но не хватает для этого еще умений;
- ребенок начинается активно знакомиться с возможностями своего тела;
- знакомство с границами;
- появляется необходимость в первой саморегуляции;
- ребенок осваивает диапазон чувств;
- высокая ориентация на оценку взрослого, ребенку важна положительная обратная связь.

**Кризис первого года может длиться сколько угодно**, от одной недели до нескольких месяцев, это может зависеть от характера самого ребенка.

Когда ребенок подрастает, и зона его исследования в доме все расширяется, то здесь самое простое, что можно сделать – это немного поменять пространство в квартире, иначе вокруг ребенка окажутся одни «нельзя». Мы убираем повыше действительно опасные предметы. И запасемся спокойствием, потому что все остальное малыш будет исследовать: наводить «порядок» в ящиках с вещами, регулярно сортировать кастрюли и сковородки и т.д.



И конечно, все равно появляются определенные запреты в жизни ребенка. Их не должно быть слишком много. Чем больше есть вещей, которые взрослые позволяют ребенку, тем более легко настаивать на запретах. Запреты должны звучать коротко и четко, слово «нельзя» лучше заменить на «опасно», «стоп» и т.д. Дети в этом возрасте обычно легко отвлекаются, поэтому по возможности предлагаем альтернативное занятие, которое «можно». Например, опасно стучать ложкой по тарелке, она может разбиться, а вот по столу можно стучать или можно ложкой кушать. Здесь зависит от того, что вы готовы позволить, а что – нет.

В этом возрасте ребенок выдает родителям яркие эмоциональные вспышки (аффективные реакции) как отстаивание собственной позиции и как реакцию на непонимание со стороны взрослых. Основная сложность в том, что у ребенка просто не хватает слов, чтобы выразить свои желания, нежелания, намерения. Поэтому остается лишь несловесное выражение эмоций − крик и плач. Сам ребенок этого механизма не осознает. Способность к самостоятельному регулированию эмоций начинает созревать только к 3 годам.



Аффективные реакции при очередном «нельзя» или «нет» могут достигать значительной силы; некоторые дети пронзительно 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, а 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 действий в допустимых пределах, наконец, терпение и выдержка близких взрослых смягчают кризис, помогают ребенку избавиться от острых эмоциональных реакций.

Ребенок в этом возрасте начинает активно знакомиться со своими возможностями и при этом он очень ориентирован на оценку взрослого. Малыш очень смелый, но при этом ранимый и обидчивый. Поэтому всегда поддерживайте ребенка, радуйтесь каждому достижению. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, каждый развивается индивидуально, и не живет по написанному плану. Можно сравнивать ребенка с самим собой в прошлом, обращая внимание на его новое умение.



# КРИЗИС 3 ЛЕТ

Кризис 3 лет — граница между ранним и дошкольным детством — один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, кризис выделения своего «я». Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения.

Изменение позиции ребенка, возрастание его самостоятельности и активности, требуют от близких взрослых своевременной перестройки. Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, у ребенка возникают собственно кризисные явления, проявляющиеся в отношениях со взрослыми (и никогда — со сверстниками).

**Характеристики кризиса 3 лет:**

1. Негативизм. Ребенок дает негативную реакцию не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Он не делает что-то только потому, что это предложил ему определенный взрослый человек. Вообще негативизм избирателен: ребенок игнорирует требования одного члена семьи или одной воспитательницы, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия – сделать наоборот, т.е. прямо противоположное тому, что ему сказали.

2. Упрямство. Это реакция ребенка, который 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. Его первоначальное решение определяет все его поведение, и отказаться от этого решения даже при изменившихся обстоятельствах ребенок не может. Упрямство — не настойчивость, с которой ребенок добивается желаемого. Упрямый ребенок настаивает на том, чего ему не так уж сильно хочется, или совсем не хочется, или давно расхотелось.

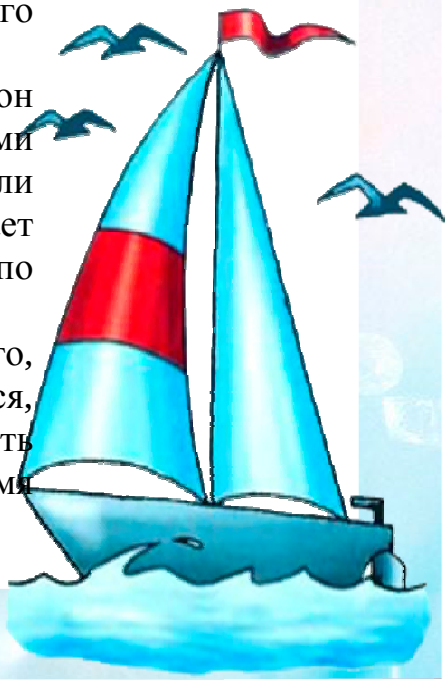
3. Строптивость (протест). Она направлена не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых в семье норм воспитания. Ребенок стремится настоять на своих желаниях и недоволен всем, что ему предлагают и делают другие.

4. Самостоятельность – стремление ребёнка все делать самому (ключевые слова в речи «Я сам!»), проявление инициативы собственного действия, которая неадекватна возможностям ребёнка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми. Необходимо учитывать то, что ребёнок пробует свои силы, проверяет возможности, он утверждает себя.

5. Протест-бунт. Ребенок находится в состоянии постоянного конфликта со взрослыми.

6. Деспотизм. Ребенок заставляет родителей делать все, что он требует. Ребенок жестко проявляет свою власть над окружающими его взрослыми, диктуя, что он будет есть, а что не будет и т.д. Если в семье несколько детей, вместо деспотизма обычно возникает ревность (нетерпимое отношение к другим детям, которые, по мнению, ребёнка не имеют никаких прав в семье).

7. Обесценивание. Обесценивается то, что было дорого, привычно, интересно раньше. Ребёнок может начать ругаться, обзываться (обесценивая старые правила поведения), отбросить или даже сломать любимую игрушку, предложенную не вовремя (обесценивание старых привязанностей к вещам) и т.д.



**Что делать и как пережить?**

Продолжительность кризиса 3-х лет абсолютно индивидуальна. Кризис может охватывать диапазон от 2 до 4 лет.

На самом деле это очень важный этап в развитии личности малыша. Именно в этот период происходит становление нового уровня самосознания, формируются такие важные качества как умение отстаивать собственное мнение, самостоятельность, целеустремленность, воля. Способность говорить «нет» может очень пригодиться вашему ребенку в более старшем возрасте. Он вырастет, и ему придется говорить «нет» множеству вещей: дурным предложениям, наркотикам, собственным неправильным мыслям. Просто начинает отрабатываться эта способность в семье, на самых близких людях и в очень незрелом виде. Но это не просто истерика и не шаг назад, это принципиально новое умение для ребенка. И для родителей умение справляться с «нехочухой» тоже может стать не только стрессом, но и шагом в личном и «профессиональном» (родительском) развитии.

Очень важно верить в ребенка и подбадривать его, относиться уважительно и не сравнивать с другими детьми. Если вы чем-то не довольны в поведении ребенка, то оценивать нужно сам поступок, само действие и избегать оценочных суждений в адрес ребенка. Хвалите малыша даже за малейшие достижения, давайте ему понять, что вы любите его, как бы он себя ни вел.

Важно понимать, что самому малышу тоже очень трудно, он еще не умеет контролировать свое поведение, ему очень сложно следить за своим эмоциональным состоянием. Сочувствуем и принимаем все эмоции малыша. Нужно постепенно научить и показать ребенку способы как справляться со своими эмоциями, показать способы, как справиться с агрессией. Старайтесь предупреждать и предвидеть истерики, вовремя отвлекать ребенка или менять стратегию своих действий.

Давайте ребенку больше самостоятельности. И пусть самостоятельно одетые колготки одеты наизнанку, может быть один раз и так сходит. Предлагайте ему выбор, спрашивайте его мнение, показывайте ему, что принимаете его взросление. Ищите компромиссы и учите малыша договариваться своим примером, используйте игровые приемы.





# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ДЕТСКОГО КРИЗИСА

1. Замечайте позитивные изменения, которые происходят в ребенке, и в соответствии с этим меняйте прежний стиль взаимоотношений.
2. Вырабатывайте правильную линию своего поведения, более гибкую в воспитательных воздействиях, варьируя ее в зависимости от конкретного случая их применения.
3. Не ругайте и не наказывайте ребенка за все неприятные для вас проявления им самостоятельности, активности.
4. В доме создайте такие условия, в которых ребенок в пределах разумного ощущал бы, что он взрослый, а не малыш; расширяйте его права и обязанности.
5. Учитывайте потребности малыша, организуя общение с ним.
6. Уважайте ребенка, но и учите его при этом уважать других.
7. Упрямство, непослушание и негативизм ребенка воспринимайте как временные, преходящие проявления, которые неизбежны в период кризиса.
8. Чтобы ваши объяснения были простыми и понятными, вырабатывайте четкие единые требования к малышу: что «надо», чего «нельзя», что «можно» - и руководствуйтесь ими. Ребенок чувствует непостоянство окружающих взрослых, и если есть малейшая возможность, старается добиться своего, во что бы то не стало.
9. Не говорите «да», когда необходимо твердое «нет».
10. Поощрения и наказания должны быть правильно сбалансированы.
11. Не произносите часто глаголы, тормозящие деятельность детей (не трогай, не бегай, не стучи, не катай и т. д.) В противном случае они утратят свой сигнальный смысл.
12. В любой ситуации следует проявлять терпимость. Не делайте скоропостижных выводов относительно методов воспитания, которые в том или ином случае вы хотите использовать. Не нужно подчеркивать свою силу и превосходство над ребенком, противодействуя ему во всем – необходимо быть «рядом» с ним.

***Подготовлено по материалам:***


Кулагина И.Ю. Развитие ребенка от рождения до 17 лет.

http://club.umnitsa.ru/blog/7-kharakteristik-krizisa

http://naruchkah.ru/blog/item/22-krizisnye-periody-rannego-vozrasta

https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/detskaya-psihologiya/krizisyi-detskogo-vozrasta.html

http://happykids.world/vozrastnyie-krizisyi-u-detey-kak-pomoch-rebenku-preodolet-vozrastnoy-krizis/

http://a2b2.ru/methods/1725_konsultaciya_dlya_roditeley_ya_sam_ob_osobennostyah_protekaniya_u_detey_krizisa_3_let_i_putyah_resheniya_krizisnyh_situaciy_dlya_konsultativnogo_punkta





***Коллектив отдела ранней помощи***
***ГОБУ МО ЦППМС-помощи***