

Особенности протекания возрастных кризисов на различных этапах психического развития

Кризис развития является неотъемлемой частью психического развития ребенка и означает начало перехода от одного этапа развития к другому. Он возникает на стыке двух возрастов и знаменует собой завершение предыдущего возрастного периода и начало следующего.

В психологии под [кризисом развития](#) понимают возникновение резких, сильных сдвигов и изменений в личности ребенка.

Кризис, по сути, является переломным пунктом в нормальном течении психического развития, моментом противоречия. Возрастают физические и психические возможности ребенка, которые требуют изменения привычных способов взаимодействия с окружающим миром и людьми.

Противоречия, составляющие суть кризиса, могут протекать в острой форме, порождая сильные эмоциональные переживания, нарушения в поведении детей, в их взаимоотношениях со взрослыми.

Как любой кризис, кризис развития имеет положительные и отрицательные стороны, а также определенную специфику.

Во-первых, кризис не имеет четких временных границ, отделяющих начало и конец кризиса от смежных возрастов. У разных детей начало и конец кризиса может наступать в относительно разное время.

Во-вторых, дети становятся, по мнению родителей, трудновоспитуемы, поскольку ребенок изменился, а воспитательное воздействие родителя на него не претерпело изменений и оказывается не эффективным.

Но следует отметить, что кризиса с его негативной стороной можно избежать, если грамотно выстроен процесс воспитания. Тогда процесс психического развития протекает не стихийно, а является управляемым. В таком случае, ребенок проходит период качественного сдвига в развитии к следующему возрастному этапу, минуя сложности, сопровождающие кризис.

В период детства и подросткового возраста ребенок проходит через ряд кризисов.

[Кризис новорожденности](#) связан с созреванием головного мозга и сменой среды обитания с водной на воздушную. В этот период организм ребенка наиболее неустойчив к воздействиям из-за стресса рождения.

Рекомендации

Для нормального развития ребенка родителям необходимо в полном объеме удовлетворять физиологические и эмоциональные потребности ребенка. Помните о важности для психического развития ребенка тактильного контакта. Создайте комфортную для жизнедеятельности домашнюю среду, соблюдайте режим питания, сна, купания, прогулок. Кризис новорожденности проходит по истечению 2-3 месяцев, когда ребенок окрепнет.

[Кризис первого года жизни](#)

В этот период ребенок начинает ходить. Появляется тенденция к нарушению поведения. Ребенок направляет волевое усилие против запретов, ограничений, накладываемых взрослым. Сопротивление сопровождается ярким проявлением эмоций несогласия. Не все желания ребенка могут исполняться, поскольку окружающий мир не безопасен для него. С расширением географии перемещений по квартире, возникает необходимость обеспечить ему безопасность (закрывают розетки, убирают бьющиеся предметы, электроприборы, опасные предметы с уровня досягаемости).

Проявление воли, противоречие взрослому, эмоциональное выражение собственных желаний и потребностей часто обескураживают родителей. И они безуспешно стремятся заставить ребенка быть покладистым. Но именно эти поведенческие проявления являются предпосылками будущей самостоятельности. Еще одно приобретение этого возрастного периода - это появление потребности в непосредственно-эмоциональном общении со

взрослым. В этот период у ребенка появляется первая своеобразная детская речь. И именно общение со взрослым определяет, как будет протекать познание ребенком окружающего мира и развитие его эмоций.

С появлением первых слов начинается новый этап в психическом развитии.

Рекомендации

Старайтесь больше разговаривать, брать на руки, взаимодействовать с ребенком.

Стимулируйте его активность и самостоятельность. Например, поставив интересную игрушку на возвышение, до которого ребенок может дотянуться сам.

Проявляйте терпение и учитесь договариваться с ребенком, сохраняя добрые отношения, стимулируя у него при этом проявление воли и удовлетворяя потребность в безопасности.

Адаптируйте пространство квартиры под нужды развития ребенка, обеспечивая при этом безопасность.

Позаботьтесь о своем отдыхе.

Кризис трех лет

Кризис 3-х лет выражается в разрушении и пересмотре старой системы отношений ребенка с окружающим миром и взрослыми.

Наступает выделение своего «Я». Фраза о себе «Маша хочет молока» заменяется фразой «Я хочу молока». Ребенок, начинает осознавать себя как отдельного человека с отдельными потребностями и желаниями и, пытается установить со взрослыми более глубокие отношения.

Кризис 3 лет традиционно связывают с целым набором симптомов:

негативизм - реакцию протеста на предложение взрослых;

упрямство - реакция ребенка, при которой он настаивает на чем-то только потому, что он это потребовал, а не потому, что ему этого очень хочется.

строптивость, направленная против норм воспитания, против требований;

своеволие, в котором проявляется стремление ребенка к самостоятельности. Ребенок хочет все сделать сам, но это не физическая самостоятельность, а самостоятельность замысла.

обесценивание взрослых;

протест (бунт) выражается в частых ссорах с родителями;

деспотизм.

Рекомендации

Проявляйте спокойствие, помните этот период закончится.

Меняйте воспитательный подход к ребенку на более гибкий. Проведите инспекцию своих требований. Не слишком ли вы строги или наоборот лояльны. Найдите «золотую середину» в ваших правилах и нормах. Проявляйте родительскую мудрость.

Расширяйте права и обязанности ребенка в соответствии с его возможностями.

Не делайте за ребенка бытовое дело, которое он освоил сам. Например, не кормите его с ложки, если он умеет это делать сам. Дайте самостоятельно одеться и т.д. Оказывайте поддержку.

При негативизме сохраняйте спокойствие. Попробуйте действовать «от обратного»: «Не одевайся, не надо. Мы не пойдем сегодня гулять».

При проявлении деспотизма не реагируйте резко. Покажите ребенку, что ваше внимание можно привлечь и без истерик и требований. Реагируйте похвалой и лаской на хорошее поведение. Помогайте справиться с негативными эмоциями. Обнимите. Не допускайте дефицита своего внимания к ребенку.

При проявлении строптивости, попробуйте воздействовать похвалой. Если ребенок не хочет убирать игрушки после ваших просьб, скажите: «А кого я сейчас хвалю за убранные игрушки? Кого обниму и поцелую? Я иду хвалить!». Чаще всего дети торопятся начать убирать, чтобы получить похвалу.

При проявлении протеста, бунта не отказывайтесь от требования, сохраняйте доброжелательный тон и спокойствие. Аргументируйте свое требование и спокойно

настаивайте на нем, сохраняя добрые отношения с ребенком. Если ребенок не выполняет требование сразу, находится во взвинченном состоянии, сделайте тайм-аут. Дайте ему прийти в себя, успокоиться, обнимите, погладьте и вернитесь к своему требованию спустя время.

При проявлениях своеволия определите ребенку сферу самостоятельных действий и разрешите ему там проявить себя. Например, он может накрывать салфеточки на стол перед едой. Или поливать цветок. Хвалите за выполненное.

Уважайте и поощряйте право выбора. Проявляйте родительскую мудрость.

Кризис семи лет

Кризис 7 лет это период появления и осознания своей социальной роли – роли школьника. В связи с этим происходит переоценка ценностей, возникает внутренняя жизнь ребенка, новые переживания. Меняются мотивы поступков.

Симптомы кризиса 7 лет:

- утрата детской непосредственности, осознание своих переживаний («я злюсь», «я рад»);
- для привлечения внимания ребенок начинает манерничать, капризничать, паясничать, передразнивать взрослых. Появляется натянутость, искусственность;
- ребенок становится замкнутым или стеснительным;
- поведение становится неуправляемым.

Кризис может сопровождаться эмоциональными сложностями: повышенной утомляемостью, раздражительностью, вспыльчивостью, рассеянностью.

Эти симптомы уходят после прохождения кризиса.

Рекомендации

Не паникуйте. Помните, что кризис преходящий.

Не допускайте избыточного контроля, купирующего самостоятельность ребенка.

Давайте ребенку право на принятие самостоятельных решений, мягко направляя: «Как думаешь, что тебе нужно надеть на улицу, чтобы не простудиться?». Советуйтесь с ним.

Используйте диалоговые формы воздействия, а не приказные. Объясняйте, слушайте.

Исключите психологическое насилие.

Помните, что ребенок - отдельная личность. Уважайте ее личные границы.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми.

Укрепляйте его самооценку.

Не ускоряйте естественного для вашего ребенка темпа развития, говоря: «Все, убираем игрушки, теперь ты взрослый, хватит играть». Переход от дошкольного к школьному возрасту должен быть прожит ребенком плавно. Дайте время ребенку на изменения, на проживание кризиса.

Кризис 11-13 лет (пубертатный)

Этот возраст часто называется переходным.

Подростковый кризис имеет несколько фаз:

- негативная, или предкритическая фаза, когда происходит изменение старых привычек, стереотипов;
- кульминационная фаза (13 лет, хотя этот возраст достаточно условен);
- посткритическая фаза, т.е. период формирования нового осознания своей личности, построения новых межличностных отношений.

Подростковый кризис имеет разные неблагоприятные и противоречивые проявления:

- могут иметь место симптомы практически любого из кризисов детского возраста: строптивость, упрямство, негативизм, своеволие, недооценка взрослых, отрицательное отношение к их требованиям. А также, ревность к собственности: не трогать ничего на

столе у подростка, не входить в его комнату без разрешения, не трогать внутренний мир - «не лезть ему в душу».

- чрезмерное послушание, зависимость от старших или сильных людей, возврат к старым интересам, вкусам, формам поведения.

Сравнивая себя со взрослыми, подросток приходит к выводу, что между ними нет никакой разницы, поэтому он начинает требовать от взрослых соответствующего отношения. Период характеризуется противопоставлением подростка родителям и учителям, разрушением авторитетов.

Основная причина кризиса - противоречие между ощущением себя практически взрослым и несоответствующего этому ощущению отношения родителей, учителей.

Для доказательства и ощущения своей взрослости подросток может прибегнуть как к асоциальным формам поведения (курение, наркотики, алкоголь, мат) так и просоциальным (быть смелым как настоящий мужчина, спорт). Также подросток может проявлять заботу о близких и стараться овладеть взрослыми навыками и расширять объем знаний, развивать интеллект.

Рекомендации

Осознайте, что ваш ребенок стал подростком, отследите начало кризиса.

Как можно раньше дайте подростку столько самостоятельности, сколько он может принять. Подключайте его к решению проблем семьи, спрашивайте совета, как следует поступить по его мнению. Показывайте подростку, что видите в нем равного вам члена семьи.

Обязательно сами соответствуйте своим требованиям, которые транслируете подростку. Звоните домой, если где-то задерживаетесь. Поддерживайте порядок в своих вещах. Правильно питайтесь и др. Будьте примером для подражания. «Держите» слово.

Не запрещайте подростку приглашать друзей домой. Так вы будете видеть тех, с кем проводит время ваш ребенок и вовремя сможете принять меры, если что-то пойдет не так.

Будьте открыты. Рассказывайте о своих чувствах и переживаниях. В этом случае существенно повышается вероятность того, что подросток также будет делиться своими переживаниями.

Будьте готовы к временному снижению успеваемости, учебной мотивации, обусловленному физиологическим созреванием. Снижение энергетического тонуса сказывается прежде всего на познавательной активности. Не наказывайте за школьные неуспехи. Выясните причину и предложите помощь и поддержку.

Меняйте формы воспитательного воздействия. Относитесь в большей мере как к взрослому человеку. Не допускайте директивного авторитарного тона.

Все перечисленные кризисы имеют свое окончание. Не нужно их бояться. Необходимо набраться терпения, поддерживать ребенка, помогая ему прожить сложный период.

Родителю важно вовремя проделать внутреннюю работу по изменению своего отношения к ребенку, перешагнувшему в новый возрастной период, изменению форм воспитательного воздействия. Также важно сохранять психическое здоровье и психологической благополучие свое и ребенка в период возрастного кризиса.

*Кандидат психологических наук, доцент
Деркачева Лариса Владимировна*