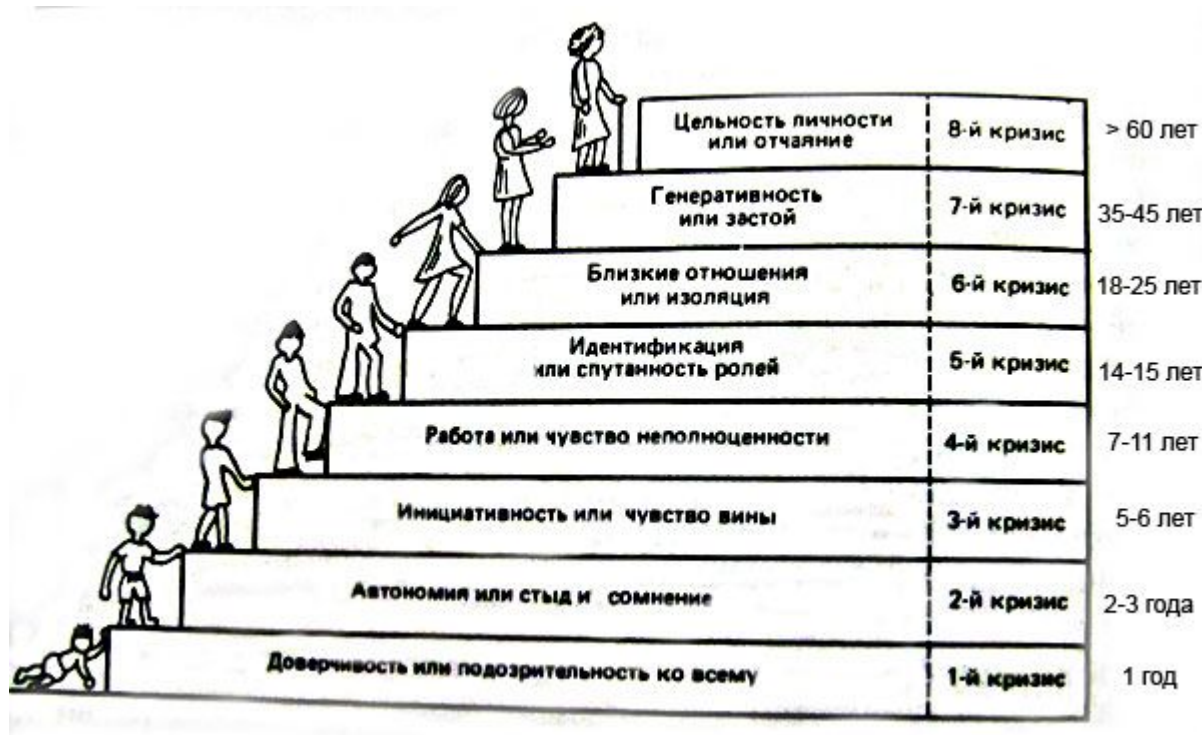


Возрастные кризисы у детей: инструкция по выживанию

Ребенок в кризисе, а родитель в ужасе. Сегодня мы разберемся с первыми тремя: новорожденного, 1 года и 3 лет. Ответим на вопросы: «Норма ли это? К чему готовится? Когда быть во всеоружии? Что если я сделаю что-то не то? Как мне правильно реагировать?»

Для начала можете выдохнуть, ведь возрастные кризисы это [норма](#), к тому же — временная. Правда, границы кризисов довольно [размытые](#). А еще у кого-то они проявляются более ярко, а у кого-то — практически незаметно. Возрастные кризисы [сопутствуют](#) нас всю жизнь, а не только в детстве.

[Возрастной кризис](#) — это переход к качественно новому этапу жизни, связанный с возрастом.



Кризис новорожденного

Проявляется в первые 3 месяца жизни, новорожденный абсолютно беспомощный. В этот период организм приспосабливается к новым условиям. У ребенка перестраиваются дыхание, питание, выделения и терморегуляция. На нервную систему воздействует множество раздражителей: яркий свет, громкие звуки, тактильные ощущения и подобное. К концу периода ребенок наберет [вес](#) и у него появится потребность в общении.

Совет родителям: в данный период ребенок не сильно нуждается в общении. Самое важное — окружить заботой, кормить, следить за чистотой и здоровьем, всегда быть рядом для чувства безопасности.

Задача периода: сформировать доверие к людям, окружающему миру, связь с родителями.

Аномальный исход периода: недоверие к людям в результате лишения любви, эмоциональной изоляции ребенка или раннего отлучения от груди.

Кризис 1 года

Вы его не пропустите. Облачное настроение ожидайте где-то в 9-18 месяцев. Ребенок, словно гром среди ясного неба, начнет рыдать без повода, не слушаться, обостренно реагировать на замечания и капризничать. Он проявляет свою самостоятельность, все хочет пощупать или попробовать, вырваться от вас и побежать прямо в лужу, а также разбить, рассыпать и разлить все до чего дотянется. К этому добавится еще и беспокойный сон.

Совет родителям: Ваше дитё будет проверять что можно получить плачем, а что нет. И это закономерное поведение. Лучшим решением будет — найти баланс.

Вседозволенность, как и запреты на всё — плохая идея. Последних должно быть минимум, расставьте приоритеты и создайте для ребенка иллюзию выбора. Направьте эту реку энергии в нужное вам русло. К примеру, вместо обычной тарелки, дайте пластиковый лоток, пусть исследует.

Основная задача — активно развивать речь. Комментируйте действия вслух, называйте все своими именами, не давайте возможность ребенку ответить «да» или «нет». Плохой пример: «Хочешь эту штуку?». Лучше спросите, хочет ли он взять себе зеленую или фиолетовую и не штуку, а конкретную вещь.

Задача периода: ориентация ребенка на оценку взрослого, самостоятельность, уверенность в себе.

Аномальный исход: сомнения в себе, гипертрофированное чувство стыда.

Кризис 3 лет

Кратко — бунтарство. Ждите кризис в возрасте от 2,5 до 4 лет. А в общем этот кризис проявляется 7 признаками:



Совет родителям: запаситесь терпением, ведь крики и наказания только все усугубят. Попробуйте договориться. К примеру, зная, что ребенок устроит истерику в супермаркете, лучше заранее проговорить условия: «Мы купим тебе игрушку, но если начнешь капризничать, мы идем домой без игрушки». Установите границы, и не давайте их нарушать. При этом используйте «нельзя» рационально. Чем больше будет запретов, тем быстрее они все будут нарушены.

Задача периода: развить инициативность, активность, живое воображение, подражание взрослому, признаки полоролевого поведения.

Аномальный исход: развитое чувство вины, пассивность, отсутствие инициативы, отсутствие признаков полоролевого поведения.

Вооружив вас этой информацией, мы дали себе немного времени, на подготовку продолжения о кризисах дошкольного и подросткового возраста. Ведь наши советы уже спешат вам на помощь. **Помните главное:**

Запаситесь терпением, после шторма — будет штиль. Несомненно