

Родителям о детях

Возрастные кризисы детей

Подготовила педагог-психолог Грицай А.В.

Возрастные кризисы естественны и необходимы. Без пережитых кризисов ребёнку будет тяжело полноценно развиваться, идти дальше.

Если мы не переходим на следующую стадию, мы остаёмся на предыдущем уровне. Мы застреваем на определённой ступени, не давая себе возможность развиваться.

Кризисы сопровождают нас на протяжении всей жизни, но в детстве они случаются чаще, чем во взрослой жизни:

- кризис 1 года – переход от младенчества к детству;
- кризис 3 лет – переход к дошкольному возрасту;
- кризис 7 лет – переход к школьному возрасту.

Для чего возникает возрастной кризис?

В основе возникновения возрастного кризиса ребёнка стоит установление новых отношений с родителями. Это маркер, чтобы посмотреть какие рамки и границы ребёнок уже перерос, что в отношениях с родителями хорошо и над чем стоит поработать.

В период кризиса родителю сложно найти в себе силы, чтобы не кричать на ребёнка, а проявить сдержанность и родительскую мудрость.

Но, мы все – живые люди, иногда повышаем голос, это не так критично. Ребёнок живёт в семье живых людей.

Если ребёнок живёт в семье «роботов», то это уже иная крайность.

Важно научиться объяснять ребёнку мотив/причину своей отрицательной эмоции, но так, чтобы поступок и личность ребёнка были разделены. Дать понять ребёнку, что не он в целом плохой, а конкретный поступок вызвал у Вас тяжёлые чувства.

Сам кризис ассоциируется и у родителя, и у ребёнка с тупиком, где оба теряются и не знают, как себя вести.

В период кризиса ребёнок не поддаётся диктатуре: уговоры, угрозы не действуют; поведение ребёнка не поддаётся рациональному объяснению.

Но, на самом деле – это поворотный пункт на пути дальнейшего роста и является полезным испытанием, а не трагедией.

Польза пройденного кризиса:

- приобретение новых навыков, умений и взглядов;
- формирование гармоничной личности, как естественный этап.

Что делать в кризис родителям:

- понять, какие чувства испытывает ребёнок;
- почему так поступает и разговаривает;
- помогать ребёнку справиться с изменениями в себе самом.

Если научиться активно помогать ребёнку, оказывать поддержку, то неприятное поведение будет сглаживаться, а кризис пройдёт легко.

В случае «оборонительной позиции» родителя и старании подчинить, «сломасть» ребёнка, затяжных ссор, сильных эмоциональных переживаний и приобретения нежелательных последствий, не избежать.

Длительность и тяжесть этих переживаний зависит от индивидуальных качеств личности ребёнка и стиля воспитания.

Кризиса бояться не стоит. Любой ребёнок переживает кризис, чтобы стать сформировавшейся личностью. Ситуация, когда кризис «забивается» вовнутрь ребёнка, может приводить к различным неврозам.

Если Вам сложно справиться самостоятельно, используйте возможность обратиться к психологу.