**Кризисы развития: как помочь ребенку пройти важные этапы взросления**



**Что такое кризис развития**

Кризис развития — это естественный этап взросления ребенка, когда происходит качественный скачок в его развитии. В этот период малыш осваивает новые навыки и умения, что неизбежно сопровождается временными трудностями и изменениями в поведении.

**Основные кризисы развития**

**Кризис первого года**

Проявления: повышенная капризность, упрямство, страхи

**Помощь:**

Сохранять режим дня

Обеспечивать безопасное пространство для исследования

Быть рядом, но не ограничивать излишним контролем

Удовлетворять потребность в движении и познании

**Кризис трех лет**

Проявления:

Упрямство

Капризы

Отрицание

Стремление все делать самостоятельно

**Рекомендации:**

Предоставлять выбор там, где это возможно

Уважать личное пространство ребенка

Давать возможность проявлять самостоятельность

Терпеливо относиться к отказам

**Кризис семи лет**

Проявления:

Потеря непосредственности

Манерничанье

Утомляемость

Повышенная чувствительность

**Помощь:**

Поддерживать интерес к школе

Уделять время совместным играм

Помогать в организации режима дня

Быть внимательным к эмоциональному состоянию

Проявления привязанности в кризисные периоды

**Эмоциональная связь с родителями становится особенно важной в кризисные периоды. Ребенок может:**

Становиться более требовательным к вниманию

Проявлять регрессивное поведение (возвращение к более ранним формам поведения)

Иметь повышенную потребность в телесном контакте

Чаще просить о помощи

Как поддержать ребенка в кризисный период

**Практические советы:**

Сохранять спокойствие и терпение

Быть последовательным в требованиях

Увеличивать время совместных занятий

Создавать ритуалы, которые дают чувство стабильности

Признавать чувства ребенка

Типичные ошибки родителей

**Чего следует избегать:**

Чрезмерной строгости

Игнорирования потребностей ребенка

Сравнения с другими детьми

Повышенных ожиданий

Навязывания своей помощи

Особенности поведения в разные кризисы

**Младший возраст:**

Ребенок может отказываться от еды

Проявлять агрессию

Иметь нарушения сна

Упрямиться без видимой причины

**Дошкольный возраст:**

Появляется демонстративное поведение

Ребенок может копировать поведение взрослых

Возникают страхи и тревоги

Проявляется повышенная чувствительность к критике

**Школьный возраст:**

Могут возникать трудности с концентрацией

Появляется тревожность

Меняется отношение к сверстникам

Возникают проблемы с самооценкой

Как укрепить привязанность в кризисный период

**Способы укрепления связи:**

Увеличивать время совместных игр

Читать книги перед сном

Создавать семейные традиции

Проводить время на природе

Практиковать совместный досуг

Когда стоит обратиться за помощью

**Признаки, указывающие на необходимость обращения к специалисту:**

Длительные нарушения сна

Потеря аппетита

Агрессивное поведение

Замкнутость

Отставание в развитии

**Заключение**

**Кризисы развития — это естественные этапы взросления, которые можно пройти с минимальными трудностями, если:**

Понимать природу происходящего

Быть чуткими к потребностям ребенка

Сохранять эмоциональную связь

Создавать условия для безопасного развития

Поддерживать в новых начинаниях

*Помните, что каждый кризис — это возможность для нового этапа развития и укрепления отношений с ребёнком. Ваша поддержка и понимание помогут малышу преодолеть временные трудности и стать более уверенным в себе.*

**Полезные рекомендации**

Ежедневная практика:

Уделяйте время разговорам о чувствах

Создавайте ситуации успеха

Поддерживайте инициативы ребенка

Будьте последовательны в своих требованиях

Проявляйте безусловную любовь

**Следуя этим рекомендациям, вы сможете не только помочь ребёнку пережить кризисные периоды, но и укрепить вашу эмоциональную связь, создав надёжную основу для дальнейшего развития личности.**

ТАРАСОВА АЛЬБИНА ВАСИЛЬЕВНА ГОРОД ОРЕЛ МБДОУ ДЕТ САД №99 ГОРОДА ОРЕЛ