

Возрастные кризисы детей до 3-х лет

Идея этой консультации заключается в том, чтобы понять, что может происходить с детьми в моменты кризисов взросления и как можно облегчить этот период, как для ребёнка, так и для его семьи. Ещё хочется отметить, что кризис взросления — это абсолютно нормальный период, являющийся обязательной частью психического развития. Изменения, происходящие с ребёнком во время кризиса точно не связаны с ошибками воспитания. А при должной поддержке со стороны взрослых, итогом прохождения через все кризисы взросления, будет формирование здоровой самостоятельной личности, обладающей волей и адекватным взглядом на жизнь.

Первый кризис, с которым сталкивается малыш и его близкие – это кризис 1 года. Этот период часто называют кризисом самостоятельности или отделения, и он является обязательной частью здорового развития малыша. Как раз в этом возрасте дети начинают ходить и умело манипулировать предметами, мы можем видеть «всходы» их независимости и исследовательского интереса, у них появляются зачатки речи в виде коротких словечек, понятных только СВОИМ взрослым.

Узнать кризис 1 года можно по следующим признакам: стремление к самостоятельности и исследованию нового; отстаивание своих желаний с помощью злости, крика, непокорности; сопротивление не желаемому. Эти проявления ребёнка могут выглядеть, как перемены к худшему, но ещё раз повторимся – эти изменения абсолютно нормальны и являются частью естественного развития.

Всем малышам, посещающим занятия службы ранней помощи, на сегодняшний день уже больше одного года, но это не значит, что проявления кризиса уже отступили. Поэтому добавим сюда несколько рекомендаций, которые помогут Вам облегчить прохождение этого периода:

1. Поддержка самостоятельности ребёнка. Если малыш демонстрирует, что он хочет сделать что-то сам, то важно поддержать его в этом стремлении. Например, если хочет мыть посуду, то дать ему эту возможность, оставив в раковине безопасные столовые приборы и небьющиеся предметы кухонной утвари. Если, к примеру, хочет выбрать одежду, то предложить ему варианты, подходящие для актуального температурного режима;
2. Обеспечение безопасного пространства. Для поддержания исследовательского интереса малыша, постарайтесь создать такую среду, которая могла бы отвечать его потребностям. Что для этого необходимо? Убрать все, что может представлять опасность, оставив в досягаемости ребёнка безопасные и полезные для его развития предметы, игрушки, материалы. Например, сумка, которая давно лежит без дела, может быть наполнена различными предметами: будильник, рамка с фотографией, пластиковая бутылка с камешками внутри и т.д., всё на что хватит вашей фантазии;
3. Поддержка эмоционального развития. Эмоции, которые мы привыкли называть со знаком «минус»: злость, гнев, раздражение, важны для развития индивидуума не меньше, чем радость, интерес и принятие. Поэтому при появлении сильных эмоций, рекомендуется, во-первых, проговорить малышу, что он сейчас чувствует, во-вторых, продемонстрировать ему, что Вы всё равно остаётесь рядом с ним, пока он находится в этом состоянии, и в-третьих, что Вы его чувства принимаете и они имеют право на существование. Эта рекомендация не теряет своей актуальности в течении всего

периода детства до момента полного отделения от родительской семьи. Дети, чьи чувства принимаются, лучше понимают себя, свои потребности, и соответственно, способны прожить счастливую жизнь.

Следующий кризис, который Вас ожидает – это кризис 3-х лет. Но вопреки названию, начаться он может и раньше 3-х. Перед его появлением отмечают интересный момент – малыш начинает разглядывать себя в зеркало, начинается процесс осознания себя, как личности.

С какими сложностями можно столкнуться в этом периоде? Перечислим несколько:

- сопротивление тому, что предлагают взрослые (даже если самому этого хочется);
- желание, чтобы с его личностью считались;
- протест против порядков;
- ребёнок может говорить неприятное своим близким (часть сепарационного процесса – отделение своей личности от личности родителя);
- желание добиться своего во чтобы то ни стало (тоже важная часть становления личности, ребёнок учится добиваться своих целей, для того чтобы уметь это делать в будущем).

Это будет не простой период, но можно подготовиться к нему, заранее добавив в процесс воспитания некоторые элементы, в том числе озвученные в рекомендациях к кризису 1 года:

1. Когда ребёнок маленький (одного-двух лет), то он несильно притязательный, и родители готовы позволить ему многое – он же так мало просит, а малыша хочется порадовать. Ближе к 3 годам есть вероятность, что его аппетиты вырастут, и возможно, он начнёт встречаться с отказом со стороны взрослых. А если период кризиса совпадёт с периодом новых правил, то тяжело будет не только ребёнку, но и всем остальным. Рекомендация будет звучать так: дайте возможность своему ребёнку научиться эмоционально справляться с отказом до кризиса. Например, если в магазине Вы чувствуете, что малыш далеко заходит с количеством выбранных товаров, то это самый подходящий момент для оттачивания необходимого навыка. И самое главное, если Вы приняли решение сказать «нет», то будьте готовы к тому, чтобы качественно обосновать отказ и не изменять своего решения. Совершенно необязательно отказывать ребёнку строгим голосом, демонстрирующим то, что Вы «не любите такого мальчика (девочку), который хочет всё и сразу». Важно, чтобы ребёнок слышал Вашу доброжелательность по отношению к нему, и вместе с тем, твёрдость принятого Вами решения, например: «Я тебя очень люблю и понимаю, что ты хочешь взять 2 пачки печенья, но мы можем взять только одну, выбери, пожалуйста, ту, которая тебе больше нравится». Нужно быть готовым к тому, что Вы столкнётесь с непониманием малыша, у всех это может выражаться по-разному, в самом худшем случае с истерикой на полу в магазине, но это пройдёт, если Вы каждый раз будете тверды в своём решении. Если в процессе уяснения Вы из раза в раз меняете решение, то тогда это может сформировать убеждённость ребёнка в том, что он всегда может Вас переубедить и тут все методы хороши (слёзы, крики, истерики и т.д.). Помните, что любое правило дополняют исключения, поэтому не корите себя, если один или пару раз Вы уступили, к тому же уметь добиваться своего – это очень полезный навык для человека любого возраста.
2. Вторая рекомендация о поддержке в моменты активизации самостоятельности ребёнка. Если слышите от малыша «Я сам» (это стремление может не прекращаться

с момента наступления 1 года) и понимаете, что задача ему не по силам, важно избегать фраз «у тебя не получится» или «ты не сможешь сделать так как нужно», нужно позволить ему попробовать (если это не угрожает его жизни и здоровью), чтобы он понял с чем конкретно он не может справиться. Если у ребёнка не получается сделать задуманное, то его могут захлестнуть неприятные эмоции и реакция может быть бурной. Нужно дать малышу возможность эмоционально отреагировать и поддержать его в этом процессе, терпеливо выжав окончания реакции. В каждом человеке природой заложено стремление к совершенствованию своих навыков, так и ребёнок может сотни раз возвращаться к тому, что у него не получается, чтобы в конечном итоге получилось всё. Если ребёнок поймёт, что ему не справиться без Вашей помощи, то он к Вам обязательно обратится. Когда это произойдет, то не нужно говорить «а я тебя предупреждала, что у тебя ничего не получится без меня», лучше просто помочь, чтобы у ребёнка было сформировано устойчивое подсознательное ощущение, что он может на Вас положиться, что Вы его не осудите за то, что он неправильно оценил ситуацию – это станет хорошей опорой к моменту наступления кризиса.

Возможно, Вы заметили, что через все рекомендации красной нитью проходит акцент на важности принятия чувств ребёнка, уважения к его личности и желаниям. Чрезмерно авторитарный стиль воспитания приводит к подавлению личности малыша, а в периоды кризиса очень сложно удержаться от таких методов, для этого нужны силы, ресурс. Поэтому еще раз напоминаем Вам о важности внимания к себе, к своему состоянию. Пользуйтесь каждой возможностью получить этот ресурс: полноценный сон, качественное питание, отдых (без детей, в том числе).

И напоследок хочется напомнить, что каждый ребёнок развивается индивидуально и данные рекомендации могут подходить не всем. Поэтому, как и прежде приглашаем Вас к беседе, если есть вопросы о развитии ваших малышей.

Желаем вам активного развития и мягкого прохождения кризисов!