5 ДИТЯЧИХ ВІКОВИХ КРИЗ

Усі батьки, без виключення, рано чи пізно стикаються з дивною поведінкою дитини, зовсім їй не властивою. Багато через незнання суті питання починають бити на сполох, вважаючи, що справа в поганій компанії або нікчемному вихованні. Але це в корені помилкова думка, адже у даного явища є власна назва — вікова криза.

**Пропоную коротко познайомитися з основними «гострими» моментами кожної з криз, яких налічують всього п’ять.**

КРИЗА НОВОНАРОДЖЕНОСТІ

**перші тижні життя**

**ПРИЧИНИ:
дитина навчається жити поза утробою матері
адаптується до безводного простору
навчається дихати, смоктати грудь, перетравлювати їжу
пристосовується до коливань температур
адаптується робота та налагоджується взаємодія всіх органів**

**ПРОЯВИ КРИЗИ:
слабкість зору та слуху
багаточисленні рефлекси
тривалі періоди сну
збідненість емоцій**

**ЯК СПРАВЛЯТИСЯ?
постійний контакт дитини з мамою з перших хвилин життя
грудне вигодовування
оперативне реагування на плач малюка
максимальний тілесний контакт
ласка та любов**

КРИЗА ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ

**12-18 місяців**

**ПРИЧИНИ:
бажання активніше пізнавати навколишній світ
усвідомлення своєї самостійності
необхідність в отриманні більшої свободи
невідповідність дитячих «хочу» та «можу»
вивчення дитиною меж дозволеності**

**ПРОЯВИ КРИЗИ:
непослух, як індикатор потреби в підвищенній увазі
бажання все робити самостійно
загострена реакція на зауваження та заборону
надмірна капризність**

**ЯК СПРАВЛЯТИСЯ?
терпимість з боку найближчих
стійкість до маніпуляцій з боку дитини
вміння переключати увагу дитини
підтримка ініціативи дитини
винахідливість та почуття гумору**

КРИЗА ТРЬОХ РОКІВ

**2,5 – 4 роки**

**ПРИЧИНИ:
усвідомлення своєї особистості, «свого Я» - окремого від батьків
прагнення до незалежності
відмова від опіки, звичних норм
жага до самостійності**

**ПРОЯВИ КРИЗИ:
негативізм
впертість
непослух
істерики
протестна поведінка**

**ЯК СПРАВЛЯТИСЯ?
уникнення гіперопіки та авторитаризму
бути послідовними
заохочувати самостійність дитини
шукати компроміси через креативне переключення уваги
акцентуація уваги на сильних сторонах та успіхах дитини**

КРИЗА ШКІЛЬНОГО ВІКУ

**6 - 8 років**

**ПРИЧИНИ:
зміна виду провідної діяльності (з ігрової до навчальної)
усвідомлення та освоєння нової соціальної ролі – «учень», «учениця»
розширення меж соціалізації дитини
оціночне ставлення до своєї особистості**

**ПРОЯВИ КРИЗИ:
негативізм
надмірна зарозумілість
неадекватна самооцінка
підвищена конфліктність
розширення кордонів своїх прав та можливостей**

**ЯК СПРАВЛЯТИСЯ?
приймати «дорослість» дитини
зміцнювати віру дитини в свої сили
надавати особистий позитивний приклад сприймання реальності
підтримувати тісний емоційний контакт з дитиною
наділяти обов’язками в межах можливостей дитини**

КРИЗА ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

**12 - 14 років**

**ПРИЧИНИ:
гормональна перебудова організму
прискорення темпів фізичного росту та розвитку
усвідомлення статевої приналежності та сексуальності
пошуки себе
необхідність самоствердження**

**ПРОЯВИ КРИЗИ:
підвищена емоційна збудливість
нестриманість поведінки
агресивність
байдужість та емоційна «холодність»
швидка зміна настрою**

**ЯК СПРАВЛЯТИСЯ?
розмовляти з підлітком як з дорослим, уникаючи шантажу та нотацій
шукати баланс між свободою та контролем
уникати нав’язливості думок та оціночного ставлення
пропонувати підтримку
ставитися з розумінням та терплячістю**

**Вікові кризи необхідні й неминучі. Через них проходить кожен з нас, тільки терміни їх настання у кожного свої. Важливо пам'ятати, що діти вчаться тому, що бачать, а не тому, чому їх вчать. І в першу чергу дитина відтворює життєві принципи і норми поведінки людей, які мають найбільший для них авторитет - своїх батьків. Тому, якщо ми хочемо, щоб наші діти були зібраними, врівноваженими, талановитими, успішними - БУДЬМО ТАКИМИ Й МИ, і вони обов'язково цього навчаться у нас.**