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.**