

КРИЗИС 4-5 ЛЕТ, ИЛИ КОГДА ЭТО ВСЕ ЗАКОНЧИТСЯ?

Взросление ребенка сопровождается возрастными кризисными периодами: стремительное психическое развитие, постепенное познание и понимание окружающего мира для ребенка 4-5 лет — это нелегкая задача.

Почему наступает кризис?

При переходе в новую возрастную группу у ребенка происходят изменения в манере поведения: он становится капризным, своенравным, непослушным, бурно проявляет эмоции. Поведение ребенка — это своеобразный вызов окружающим, желание показать свою индивидуальность, стать самостоятельным, обратить на себя внимание. Дети 4-5 лет многое умеют: у них есть достаточный запас слов для общения, игровой деятельности, развита фантазия, мышление, которое позволяет получать новые интересные впечатления об окружающем мире. Психика малыша развивается очень быстро. Вместе с ней может меняться настроение, которое на данном этапе характерно непредсказуемостью, подвергается перемене поведения — оно становится неорганизованным, сумбурным. Капризы, причуды, истерики, протест — такими проявлениями «богат» возрастной кризис 4-5-летнего ребенка.

Но не у всех все так «плохо», некоторые родители могут сказать, что не замечали особых изменений у своего ребенка.

На продолжительность кризиса могут влиять различные факторы:

- отношения в семье, стиль воспитания в семье, общение со сверстниками;
- образ жизни ребенка;
- заболевания или какие-либо патологии;
- индивидуальные черты характера и особенности психики.

Кризис может продолжаться в течение нескольких недель, но может затянуться до одного года и очень многое в этот период зависит от родителей!

Что делать родителям?

Рассмотрим несколько факторов, которые оказывают негативное воздействие на поведение детей в период кризиса и предложим соответствующие практические рекомендации родителям:

- Малыш живет в однообразной обстановке, нет перемен в видах деятельности. Психическое и физическое развитие детей требуют, чтобы уже к 4 годам они умели много двигаться и познавать окружающий мир. Малыш должен привыкнуть к размеренному режиму дня, но с разнообразной интересной деятельностью: обязательные познавательные прогулки должны сменяться кратковременными (не более 15 минут) домашними занятиями — рисованием, лепкой, аппликацией. Кроме того, важно всячески привлекать малыша к выполнению домашней работы. Посильная помощь на кухне или уборка игрушек и т.п. развивает,

улучшает настроение, вносит интерес в жизнь малыша, и он с гордостью рассказывает всем о своих достижениях;

- Ребенок замкнут или стеснителен. Малыш 4-5 лет может быть неуверенным в собственных силах, замыкаться в себе, не общаться. Он также может плохо разговаривать. В таких случаях нужна помощь логопеда или дефектолога. Как быть? Почаще прямо внушайте своему ребенку, что он отлично общается, приведите конкретные примеры, ведь, наверняка, у малыша есть хороший друг. Отмечайте у своего крохи ум, правдивость, говорите о том, что он приятен в общении. Не критикуйте, а хвалите: за самостоятельные действия, проявление инициативы, правильное решение. Позволяйте ему заботиться о вас, о других членах семьи, помогать в каких-то делах. Советуйтесь с малышом, при принятии решений учитывайте его мнение и акцентируйте это, чтобы ребенок знал, что его мнение значимо.
- А теперь представьте, что встретились пятнадцать таких капризуль! Как думаете, будет ли гладко проходить их общение на одной территории, с общими игрушками? Часто дети 4-5 лет не могут эффективно общаться в группе или во дворе. Бывают малыши, которые могут отобрать игрушку, а есть такие, которые отдают свои игрушки и перестают общаться. Что необходимо делать? У слишком активных нужно развивать способность идти на компромисс, а у скромных — умение вступать в диалог и отстаивать собственные интересы. Всегда тщательно разбирайтесь, в чем причина инцидента на площадке или в группе и учите малыша озвучивать свои просьбы, отказ или предложение. Не спешите идти с претензиями к родителям другого ребенка, если ваш с ним что-то не поделил или они толкнули друг друга, для начала поговорите со своим ребенком, из-за чего вообще весь «сыр-бор», потому что зачастую ругаются взрослые люди, конечно же из благих намерений, а дети могут уже и забыть из-за чего начался конфликт.

Советы психолога для родителей

- Необходимо держать эмоции под строгим контролем. Любой срыв оттягивает решение проблемы на более продолжительное время;
- Используйте в общении с ребенком элементы игры: отвлекайте, предлагайте возможность выбора и проявления инициативы;
- Будьте последовательны в словах и действиях, не противоречьте сами себе;
- Требуйте от малыша только то, что вы сами сможете сделать;
- Предоставьте крохе возможность действовать самостоятельно, постепенно отпускайте от себя;
- Взрослые проблемы обсуждайте при отсутствии ребенка.
- Вы можете в качестве легких наказаний временно ограничить развлечения, но недопустимо применение физической силы, провоцирование скандалов, нанесение оскорблений, использование негативных высказываний, крика или брани. Детская психика не может вынести такие нагрузки, подобное поведение родителей подорвет их авторитет в глазах крохи.
- Постарайтесь спокойно выяснить, что беспокоит малыша, доброжелательно задавая вопросы, без лишних нравоучений и не упрекая его.
- В данном возрасте вредна также чрезмерная опека. Выполняя за ребенка все действия, вы оттягиваете его развитие, еще больше привязываете к себе. В таком случае страдает и ребенок, и родители. Лучше будет, если вы станете его незаметно контролировать. Давайте

свободу действий в творческих занятиях, усиливайте контроль в повседневной жизни в целях безопасности.

- Направляя действия или поступки малыша, не критикуйте его и не унижайте, убедительно объясняйте, как лучше поступить. Необходимо также хвалить малыша по существу, всячески поощрять, но не баловать.
- Понимая, что ребенок манипулирует вами, помните о той грани, когда будет уместно ваше снисходительное отношение. Нельзя потакать детским капризам и истерикам.

Успешное преодоление кризиса 4-5 лет у ребенка зависит от мудрого терпеливого отношения родителей, их способности понять потребности своего ребенка, желания помочь малышу в спокойной, теплой обстановке и быстро пройти кризисный этап!

Приготовил воспитатель Кривуца Екатерина Владимировна