

## ***ДАВАЙТЕ РАЗБЕРЕМСЯ***

Педагог-психолог: Василевская С.Н.

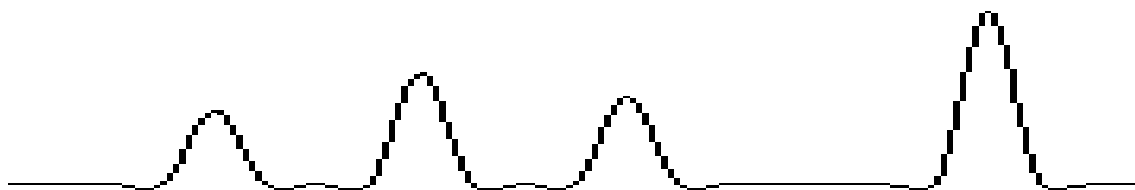
С вашим ребенком происходят метаморфозы, которые кажутся вам неприемлемыми? Он ведет себя совсем не так, как раньше без каких-либо объективных причин? Он стал чаще задерживаться с прогулок? Не волнуйтесь, с ним все в порядке. Скорее всего, ваш ребенок переживает возрастной кризис.

В нашей культуре слово «кризис» ассоциируется с чем-то негативным и имеет отрицательный подтекст. На ум тут же приходят ассоциации, связанные с проблемами, болезнями, денежными неурядицами и тому подобными неприятностями. Почему? Да просто никто из нас не любит перемен.

Однако психологи, занимающиеся развитием и изучением различных возрастов, вкладывают в это понятие совсем другое значение. Доверимся мудрости известного всему миру отечественного психолога Л.С. Выготского: «Если бы кризисы не были открыты эмпирически, то их следовало бы выдумать теоретически». А почему это так, попытаемся понять.

Становление личности – процесс не равномерный. Кроме постепенных изменений, сопровождающихся приобретением навыков и знаний, существуют этапы, когда развитие носит стремительный, скачкообразный характер. Таким образом, существуют стабильные и критические периоды.

Для стабильных периодов характерно плавное, почти незаметное изменение ребенка. Кризисные же периоды, наоборот, характеризуются резкими, скачкообразными изменениями и переломами в личности ребенка. Можно сказать, что меняются не отдельные его черты, а меняется он весь, целиком.



Так почему же кризисы возникают?

Прежде всего, потому что у детей появляются новые потребности, а старые формы их удовлетворения уже не подходят, иногда даже мешают, сдерживают, и потому перестают выполнять свои функции.

Каждый кризис сопровождается появлением упрямства, непослушания, капризов, негативизма, конфликтности, которые ребенок чрезвычайно ярко проявляет. Обойти кризис невозможно – через это проходят практически все дети. Но для одних этот переход происходит проще, для других сопровождается более серьезными, значительными поведенческими проявлениями. Родители удивляются, ища причины таких внезапных изменений в поведении ребенка. Но эти изменения закономерны, свойственны всем детям в определенном возрасте.

**Общим для всех кризисов развития являются несколько основных критериев:**

1. «Острый» период. Границы, отделяющие начало и конец кризиса от смежных с ним возрастов, в высшей степени неотчетливы. Но хотя период кризиса возникает незаметно, и очень трудно определить момент его начала и окончания, характерным для любого такого этапа является то, что он имеет в середине своего рода пиковую точку, резкое обострение.
2. Трудновоспитуемость. Значительная часть детей в период кризиса трудно поддается воспитанию. У ребенка часто снижается школьная успеваемость, работоспособность, ослабляется интерес к бывшим любимым занятиям, характерны конфликты с окружающими, внутренняя жизнь часто связана с болезненными переживаниями.

3. Впечатление регресса. Негативные внешние характеристики поведения в период кризиса создают впечатление того, что ребенок, развиваясь, не столько приобретает для себя, сколько теряет из приобретенного прежде.

Форма, длительность и острота протекания возрастных кризисов может заметно различаться в зависимости от индивидуально-типологических особенностей человека, социальных и микросоциальных условий, особенностей воспитания в семье, педагогической системы в целом.

К числу детских возрастных кризисов принадлежит кризис первого года жизни; кризис трех лет; кризис семи лет; кризис подросткового возраста.

Итогом прохождения кризиса является появление основных возрастных новообразований – тех психических и социальных изменений, которые впервые возникают на данной ступени развития и определяют внутреннюю и внешнюю жизнь ребенка.

### ***КРИЗИС СЕМИ ЛЕТ***

Кризис семи лет происходит на границе дошкольного и младшего школьного возраста (в 6-8 лет, в зависимости от того, когда ребенок пошел в школу).

К основным симптомам этого кризиса относят:

1. Потерю непосредственности. Ребенок начинает понимать, что может стоить лично для него то или иное желаемое им действие. Если ранее поведение строилось и реализовывалось согласно желаниям, то теперь, прежде чем что-то сделать, ребенок думает, чего оно может стоить ему.
2. Манерничание. Его душа становится закрытой и он начинает играть роль, что-то из себя изображая и что-то при этом скрывая.
3. Симптом «горькой конфеты». Когда ребенку плохо, он старается это скрыть от окружающих.

Наряду с этим можно легко заметить, что в этот промежуток времени ребенок резко меняется, становится более трудным для воспитания, чем прежде. Нередко можно встретиться и с агрессивностью (словесной и физической), а у некоторых детей она приобретает крайние формы в виде разрушительного отношения к вещам. Ребенок становится вспыльчивым, грубит в ответ на какое-нибудь недовольство им со стороны взрослого, он плохо контактен, непослушен. Некоторые дети могут при этом отказываться даже от еды и питья.

Нередко можно встретиться с прямо противоположным явлением – абсолютно пассивным поведением. Такие дети беспокоят своих родителей чрезмерной пассивностью и рассеянностью. Ясно, что причиной в обоих случаях являются детские переживания.

Происходит их перестройка. От «Я сам» и «Я хочу» к «Так надо» путь неблизкий, а дошкольник его проходит всего за каких-нибудь 3-4 года. Становится понятной высокая цена такого быстрого движения от ситуативного поведения к поведению произвольному. Поэтому понятен и драматизм этого перехода.

Психика 6-8-летнего ребенка отличается повышенной восприимчивостью к окружающим его взрослым, ко всему, что помогает ему формировать свое отношение к жизни. Именно в этом возрасте происходит интенсивное формирование и осознание понятий добра и зла. Если ранее ребенку была важна оценка взрослого за проявление им умения, то теперь ребенка волнует оценка себя как личности. При этом ребенок стремится к тому, чтобы оценки взрослого (будь-то его собственный поступок или других людей) совпали с его собственными. Отсюда высокая чувствительность ребенка к отсутствию между ним и взрослыми взаимопонимания, способности к сопереживанию. У него появляются новые потребности во взаимоотношениях с ними, и поэтому он требует нового к себе отношения. Если он не обнаруживает этого, если его потребности не удовлетворяются, а мотивы фиксируются, он, естественно, начинает бунтовать.

Кризис семи лет не случаен. Он происходит в очень значимый момент в жизни ребенка: малыш становится первоклассником. Для ребенка, пришедшего в школу, жизнь в одночасье изменилась. Вот прошел первый эмоциональный подъем, связанный с первым сентября и значимостью новой роли, которую получил ребенок в семье. Однако теперь оказывается, что школа – это не только новенький ранец, яркие учебники и красивая форма. Нужно жить по строгому режиму, выполнять уроки, нести постоянную ответственность за свои успехи и неудачи. К этому прибавляются и социальные сложности. Учитель уже не склонен так много уделять внимания тебе одному, как это было до школы в семье; твои одноклассники – все люди со своими характерами и особенностями, возникает еще и сложный психологический момент оценочности, и, неизбежно, сравнения с другими детьми в классе. Быстро накапливается утомление от непривычной нагрузки.

Все это может вызвать разного рода сложности. Проявляются они у всех по-разному. У кого-то в виде перевозбуждения, у кого-то апатии, снижения работоспособности, эмоционального тонуса. Человек вынужден не только полностью перестроить собственную жизнь, но и переоценить себя заново, найти свое место в новой социальной системе.

### ***Как надо себя вести***

Тут от взрослых опять понадобится терпение, понимание и поддержка. Только тогда ваш ребенок сможет идти по этапам своего роста бесстрашно, проходя их активно и с пользой, когда будет ощущать ваше понимание, поддержку и внимание. Однако они не имеют ничего общего с потаканием.

Как же найти этот верный путь между потаканием и требовательной дисциплиной? Он находится в золотой середине. Найти его можно в любви родителей, их терпении, доверии, наблюдательности и интуиции.

***Попробуйте – обязательно получится! Ведь вы тоже растете и учитесь вместе с вашим ребенком. Его уроки – это и ваши уроки.***

## ***КРИЗИС ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА***

Когда начинается и когда заканчивается подростковый кризис? В среднем: 11-16 лет – у девочек и 12-18 лет – у мальчиков. Но на практике все происходит сугубо индивидуально. В целом, у девочек подростковый кризис протекает в более мягкой форме, наступает раньше и кончается быстрее, чем у мальчиков. Может быть, это связано с тем, что требования к самоопределению юношей и мужчин в нашем обществе традиционно жестче, чем аналогичные позиции для девушек и женщин.

И все же начало и конец подросткового кризиса – дело сугубо индивидуальное, и любые точные предсказания в этом вопросе неизбежно будут носить характер спекуляции.

Принято считать, что основной целью подросткового кризиса является самоутверждение подростка, отстаивание себя как полноценной личности. Отчасти это, разумеется, именно так и есть. Социальная, интеллектуальная и биологическая зрелость человека в нашем современном обществе разнесены во времени, то есть наступают не одновременно. И, стало быть, какую-то из этих «зрелостей» и отстаивает ваш подросток.

Но какую? Понятно, что о биологической зрелости 11-летней девочки или 13-летнего мальчика не может быть и речи. Несмотря на грустный факт появления в нашей стране прослойки детей, образование которых заканчивается после пятого-шестого класса, основная масса юношества в этом возрасте все еще продолжает плодотворно (или не очень) учиться в школе. Следовательно, насильственное или добровольное, но интеллектуальное развитие тоже еще на полпути.

Социальная зрелость наступает в нашей стране чуть ли не позже, чем в большинстве развитых стран. В последние годы, в связи с общей «американизацией» сознания и самой жизни, вроде бы наметилась тенденция к более раннему обособлению молодых людей от родительской семьи. Но пока это только тенденция.

Так какую же зрелость отстаивает подросток? Воображаемую, как считает большинство «пострадавших» от подросткового кризиса родителей? Или мы что-то упустили из виду? Разумеется, упустили! За звучными терминами не заметили главного – самого человека. Однозначно незрелого по всем вышеописанным (и многим другим) позициям, но также однозначно существующего в нашем пространственно-временном континууме.

Наступил подростковый возраст. И его целью и задачей становится обрыв когда-то жизненно необходимой, а теперь сковывающей дальнейшее развитие связи (та называемой «резинки») с родителями.

Если подростку после долгих попыток все же удастся перегрызть охраняемую родителями «резинку», то его по инерции относит так далеко, что на восстановление доверительных и полноценных отношений могут потребоваться годы.

Если же родители оказываются сильнее, и подросток смиряется с дрящимся положением «суверен – вассал», то его личностное развитие неизбежно искажается и надолго сохраняет инфантильные (детские) черты. Иногда в этом случае развивается невроз.

Итак, целью и задачей подросткового кризиса является приобретение не самостоятельности (она подростку еще и не нужна, и не по зубам), но личностной автономии, необходимой для дальнейшего развития личности по взрослому типу, то есть, иными словами, для развития умения брать на себя ответственность за все последствия своих взглядов, слов и действий.

### ***Как надо себя вести***

- Необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего ребенка, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые признаки наступления подросткового возраста.
- Отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка. Не считайте его маленьким, когда он уже начинает ощущать себя подростком. Но и не толкайте в подростковость насильно. Возможно, вашему сыну (или дочке) нужно на год или два больше времени, чем его сверстникам. Ничего страшного в этом нет.
- Отнеситесь серьезно ко всем декларациям вашего подростка, какими бы глупыми и незрелыми они вам ни казались. Обсудите и проанализируйте вместе с сыном (или дочкой) каждый пункт. Добейтесь того, чтобы вы одинаково понимали, что именно значит, например, такая фраза, как: «Я все могу решать сам!». Что именно за ней стоит? Я могу сам решать, какую куртку мне надеть на прогулку? Или я могу сам решать, ночевать ли мне дома? Дистанция, согласитесь, «огромного размера».
- Прекрасно если вы сами и вовремя перережете «связь-резинку». Как можно раньше дайте нашему подростку столько самостоятельности, сколько он может «съесть». Утомительно и занудно советуйтесь с ним по каждому пустяку. Беззастенчиво впутывайте его в свои проблемы и проблемы семьи. Пусть подросток поймет, что вы действительно, не на словах, а на деле, видите в нем равного вам члена семьи.
- Обязательно сами делайте то, чего вы хотите добиться от своего сына (или дочки). Звоните домой, если где-то задерживаетесь. Рассказывайте не только о том, куда и с кем вы ходите, но и о содержании вашего времяпрепровождения. Давайте развернутые и по возможности многоплановые характеристики своим друзьям и знакомым. Это позволит вам побольше узнать о друзьях вашего сына (или дочки).
- Чаше приглашайте к себе гостей. Если у вас, родителей, «открытый дом», вы, скорее всего, будете видеть тех, с кем проводит время ваш ребенок. И вовремя сможете

принять меры, если что-то пойдет наперекосяк. Рассказывайте о своих чувствах и переживаниях. Возможно, иногда что-то расскажет и ваш ребенок.

□ Делитесь с подростком своими проблемами. Не стесняйтесь попросить у него совета. Вопреки распространенному мнению, иногда подростки очень чувствительны и тактичны в оценке и коррекции именно чужих ситуаций. Кроме того, в этом случае существенно повышается вероятность того, что и со своей проблемой ребенок пойдет именно к вам, а не в ближайший подвал.

□ Постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах. Если вы, конечно, не сделали этого раньше. Относительно «обнаружить» проблем обычно не бывает. Потому что именно в подростковом возрасте все допущенные ранее ошибки лезут наружу и зацветают пышным цветом.

### ***Чего делать нельзя***

□ Нельзя подшучивать над ними, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.

□ Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.

□ Не говорите об объекте увлечения вашего ребенка пренебрежительным, оскорбительным тоном, тем самым вы унизите его самого.

□ Ни в коем случае нельзя грубо и категорично разрывать отношения подростков, ведь они только еще учатся общаться друг с другом и чаще всего даже и не помышляют ни о чем плохом.

### ***ЗАКЛЮЧЕНИЕ***

Вот вы и познакомились с возрастными кризисами. Теперь, уважаемые взрослые, изменение поведения детей, наступление кризисных моментов не должны вас пугать.

Нарушение привычного поведения – капризность и упрямство, своевольные выходки, борьба за самостоятельность и негативизм – полностью компенсируется стремительным рывком в развитии, который ребенок совершает за короткий период кризиса. Кризис – это скачок в завтрашний день развития, предвестник взросления ребенка.

Делая шаг назад в период кризиса, временно отступая от достигнутого, ребенок одновременно совершает два скачка вперед. У него возникают новые черты и особенности.

В периоды возрастных кризисов ребенок продвигается по пути прогресса в два раза быстрее и успешнее, чем в плавные, спокойные, благополучные периоды. В этом и состоит важное и прогрессивное значение любого возрастного кризиса.

Постарайтесь выбрать линию своего поведения. Она должна отличаться от прежней, ведь ребенок изменился, и вы знаете, почему это произошло, понимаете и поддерживаете своего взрослеющего ребенка.

*Универсальный рецепт поведения взрослых в период трудных моментов возрастных кризисов: терпимость, внимание, постоянство главных требований плюс гибкость и понимание природы резких изменений. Не бороться, а вовремя оценить, принять и пережить нормативные изменения – перешагнуть вместе с ребенком на новую ступень в развитии.*

***Помните!***

*Для ребенка жизненно важно знать, что вы его любите.  
Всегда. Даже капризного и вредного, упрямого и своенравного,  
агрессивного и бунтаря.*