В психологических теориях категория "возрастной кризис" используется в многочисленных контекстах, отличается по своему содержанию и связывается с различными характеристиками психического развития человека. Суть возрастных кризисов заключается в изменении системы связей человека с окружающей действительностью и его отношения к ней, в смене ведущей деятельности. В отличие от кризисов невротического или травматического типа, они относятся к нормативным изменениям, необходимым для нормального поступательного хода психического развития.

В период возрастных кризисов резко изменяется эмоциональный фон, появляются элементы депрессивной симптоматики, выраженной тревожности, напряженности, снижения работоспособности и т. д. Все это является следствием рассогласования в системе самопрогнозирования, уровня притязаний личности: человек не может обеспечивать продуктивное выполнение индивидуальных программ. Реализация этих программ начинает требовать огромных энергетических усилий.

Если рассматривать возрастные кризисы с точки зрения перемен, наступающих в поведении ребенка, то все они характеризуются некоторыми общими чертами. В критические периоды дети становятся непослушными, капризными, раздражительными: часто вступают в конфликт с окружающими взрослыми, особенно родителями и воспитателями; у них возникает отрицательное отношение к ранее выполнявшимся требованиям, доходящее до упрямства и негативизма.

Проблематика возрастных кризисов в онтогенезе является актуальной, чрезвычайно интересной и в то же время недостаточно разработанной в теоретическом и экспериментальном плане. Само понятие "возрастной кризис" является одним из наименее четко определенных, и часто не имеет законченной формы. Тем не менее, термин широко употребляется и среди психологов, и среди педагогов. С содержательной точки зрения периоды возрастных кризисов представляют интерес, поскольку отличаются специфическими особенностями процесса психического развития (наличие резких изменений в психике, обострение противоречий, негативный характер развития и т.д.).

Кризисный период оказывается трудным для ребенка, а также для окружающих его взрослых - педагогов и родителей, которым становится необходимо вырабатывать стратегии воспитания и обучения на основе происходящих с ребенком кардинальных изменений в психике.

**Кризис новорожденности.**

Первый критический период развития ребенка- период новорожденности.

Периодом новорожденности называется промежуток времени, когда ребенок отделен от матери физически, но связан с ней физиологически, и длится от рождения до появления «комплекса оживления» (в 4–6 недель).

 Кризис новорожденности – это непосредственно процесс рождения. Психологи считают его тяжелым и переломным моментом в жизни ребенка. Причины этого кризиса следующие:

 1) физиологические. Ребенок, рождаясь, физически отделяется от матери, что уже является травмой, а в дополнение к этому попадает в совершенно другие условия (холод, воздушная среда, яркая освещенность, необходимость смены питания);

 2) психологические. Отделяясь от матери, ребенок перестает ощущать ее тепло, что ведет к появлению чувства незащищенности и тревоги.

 Груднички часами могут лежать на руках у матери, ни на секунду не выпуская изо рта ее грудь. А, просыпаясь, кроха криком дает знать, что он снова не уверен, и ему требуется подтверждение своей защищенности и благополучия. Ученые давно установили, что большинство младенцев прикладываются к груди не только, когда хотят есть, но и когда им грустно, страшно, обидно, одиноко.

 Очень важно, чтобы мама поддерживала хрупкое доверие малыша, пришла на первый же зов: «Да, родной, все хорошо! Ты в безопасности!» Не надо бояться избаловать кроху. Вряд ли ему причинит вред дополнительное кормление ( в отличие от взрослых, ребенок никогда не съест больше, чем того требует организм ) или сон на руках у мамы.

Не нужно пугаться и того, что ребенок «привыкнет к рукам». «Ручными» становятся дети, которым это действительно нужно. Возможно, они в большей степени подвержены сомнениям относительно надежности и стабильности этого мира и собственной значимости в нем. И материнская обязанность – разрешить эти сомнения.

 Многие исследователи говорят о том, что в этот период жизни закладывается базовое доверие к миру. Сейчас все чувства важны для возникновения первичной эмоциональной и психической связи с матерью. Поэтому надо постараться окружить малыша спокойствием во всех его проявлениях. Не стоит с первых же дней обрушивать на кроху лавину новых впечатлений. Не торопиться обращать внимание ребенка даже на яркие игрушки и мелодичную музыку. Всему свое время.

Рекомендации по преодолению кризиса новорожденности могут быть следующие:

* кормить новорожденного до состояния сытости;
* не допускать переохлаждения и перегрева тела новорожденного;
* часто разговаривать с новорожденным ласковым тоном;
* каждый день делать массаж туловища и конечностей новорожденного;
* при купании соблюдать температуру воды, погружать малыша в нее постепенно и желательно укладывать новорожденного на какую-либо основу, чтобы он ее чувствовал и не испытывал чувство незащищенности, опасности, тревоги;
* выстроить режим дня и соблюдать его.

**Кризис младенческого возраста.**

Кризис первого года жизни был изучен психологами раньше всех остальных. Главные моменты, приводящие к развитию новых отношений ребенка с миром в этот период, — обучение ходьбе и речи (пусть не совсем понятной, но, тем не менее, психологи называют этот «птичий» язык очень серьезно — автономной детской речью). Одновременно ребенок начинает понимать, что мама, по-прежнему находящаяся в центре его мироздания, не принадлежит ему всецело — оказывается, у нее есть собственные интересы, своя жизнь!.. И малыш начинает опасаться, что его потеряют или бросят. Именно поэтому детки, едва научившиеся ходить, порой ведут себя очень странно. Могут прибегать к маме поминутно, проверяя, на месте ли она, или, наоборот, убегать во всю прыть, принуждая ее бегать следом, уделяя чаду повышенное внимание.

В этом же возрасте ребенок проявляет свои первые «волевые» решения: это могут быть настоящие «акции протеста», «оппозиции», противопоставления себя другим (особенно характерны такие реакции для ребенка, который воспитывается в семье с достаточно жесткими правилами и регламентированным распорядком жизни). Бороться с крохой бесполезно, а точнее — недопустимо! Ведь именно сейчас он нуждается в безусловной и постоянной родительской любви и поддержке, как физической, так и эмоциональной. И если с физической поддержкой все понятно, то эмоциональную стоит немного подкорректировать. Очень важно осознать, что ваш малыш уже не то беспомощное существо, каким был еще недавно, и немного «отпустить» его, позволить развиваться в собственном темпе (при этом оценивая его возможности и «подталкивая» или «притормаживая» кроху время от времени).

Если в это время малыш выражает свою просьбу жестами, не торопитесь сразу же выполнять её, хотя и прекрасно понимаете, что он хочет. Всячески побуждайте его выразить своё желание словами. С каждым днём количество желаний будет расти, ведь годовалый человечек – неутомимый исследователь. Помните это. Не правильно, если пытаясь удовлетворить своё естественное стремление к познанию окружающего мира, малыш будет наталкиваться на постоянные запреты. Таким образом, можно вырастить робкого и безынициативного человека.

Прежде всего, стоит подчеркнуть, что в малыш уже много понимает и может, но он еще не умеет рассказать о своих желаниях. Ребенок все активнее познает мир. Раньше он не умел ходить, его передвижение было ограничено. С того времени, когда малыш научился ходить, его мир расширился и наполнился множеством вещей, которые "требуют" внимания к себе. Ребенок путешествует по квартире и изучает, как устроена плита на кухне, что спрятано в шкафу для обуви, также он стремится взять в руки каждый предмет, осмотреть, покрутить, попробовать "на зуб". Но вдруг со стороны родителей раздается "нельзя". Он совсем не понимает причин этого. Поэтому повторяет попытку и плачет, когда запрет звучит еще раз. Ребенок пытается всеми доступными ему средствами выразить свои желания. Малыш еще не умеет говорить, чтобы выразить свое неудовлетворение. А новые попытки познания мира вызывают новые запреты. Он становится тем глубже, чем больше родители противоречат желаниям малыша. Капризы ребенка, в действительности, являются показателем того, что взрослым наступило время изменить свое поведение и отношение к собственному чаду. Прежние стереотипы общения уже не срабатывают. И если ваш ребенок хочет схватить руками ложку именно в тот момент, когда вы его кормите, то проще дать ему в руки этот предмет, а себе взять другой и продолжить остановленный не на долго процесс. Не беда, если малыш будет весь измазан кашей, зато вы его спокойно накормите, а после всего просто уберете и умоете свое чадо.

Рекомендации по преодолению кризиса младенчества предлагаются следующие:

* предоставить ребенку самостоятельность при перемещении и изучении нового (под контролем взрослого);
* запрещать только то, что опасно для жизни ребенка и окружающих, делать это спокойно, без проявления агрессии (не кричать на ребенка, не швырять и не ударять его);
* переключить внимание ребенка на другой объект, одинаковый по значимости;
* предугадывать заинтересованность ребенка в опасном или дорогом для взрослого объекте и вовремя убирать его с поля зрения;
* не наказывать ребенка при капризах и доброжелательным тоном успокаивать малыша;
* проявлять в любых ситуациях терпение и выдержку;
* демонстрировать любовь к ребенку (обнимать, целовать, говорить ласковые слова);
* быть последовательными в предъявлении требований к ребенку. Завершение кризиса младенчества позволяет ребенку установить новые отношения со взрослыми, расширить кругозор, усовершенствовать двигательную сферу и получить первый опыт знакомства с социальными запретами.

**Кризис 3 лет.**

Кризис трех лет - один из самых известных и изученных кризисов развития маленького человечка. И это хорошо: можно найти много информации, узнать разные точки зрения, тщательно подготовиться к такому периоду в жизни своего малыша. Но есть и другая сторона вопроса: кризис трех лет отличается от того, что происходило в возрасте одного месяца (так называемый кризис новорожденности) или годика (кризис одного года). Если предыдущие два «переломных» момента могли пройти относительно гладко, первые акты протеста носили еще не столь активный характер, а в глаза бросались лишь новые умения и навыки, то с кризисом трех лет ситуация более сложная. Пропустить его практически невозможно. Послушный трехлетка – явление почти такое же редкое, как и покладистый и ласковый подросток. Такие особенности кризисных возрастов, как трудновоспитуемость, конфликтность с окружающими и пр. в данный период впервые проявляются реально и в полном объеме. Недаром кризис трех лет называют иногда еще возрастом строптивости. К тому моменту, как ваш малыш соберется отмечать свой третий день рождения (а еще лучше, на полгодика пораньше), полезным для вас будет знать весь «букет» признаков, по которым определяют наступление этого кризиса - так называемое «семизвездие». Представляя, что значит каждая составляющая этого семизвездия, можно успешнее помочь ребенку перерасти трудный возраст, а также сохранить здоровой нервную систему - и его, и свою.

Рекомендации по преодолению кризиса 3 лет предлагаются следующие:

* Постараться выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.
* Позволить малышу быть самостоятельным. Не вмешиваться (по-возможности) в дела ребенка, если он не просит. Сын, пыхтя, застегивает сандалии, так хочется ему помочь, но малыш не оценит Вашего стремления, скорее всего, он будет громко сопротивляться.
* Помнить, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят и вечером. Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).
* Помнить, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой (если мама излишне эмоциональна, привередлива, то дочь, скорее всего, будет такой же).
* При вспышках упрямства, гнева попробывать отвлечь малыша на что–нибудь нейтральное.
* Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.
* Использовать игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается, есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть ребенок его кормит.
* Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривать с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
* Любить ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.

**Кризис семи лет**

Начало кризиса семилетнего возраста обычно совпадает с моментом поступления ребенка в школу. Обычно старшие дошкольники стремятся поскорее начать обучение в школе и всячески торопят этот момент. Благодаря занятиям в детском саду, ознакомительным посещениям школы и общению с друзьями, которые уже стали школьниками и демонстрируют перед малышами свою взрослость, дети к б—7 годам хорошо знакомы с особенностями и правилами школьной жизни.

Ребенок понимает, что обучение в школе накладывает на него новые обязанности, но он готов выполнять их, поскольку ему хочется скорее почувствовать себя взрослым. Стать школьником означает для него прикоснуться к жизни взрослых, через это он получает возможность почувствовать себя полноценным членом общества. С приближением момента поступления в школу ребенок начинает воспринимать себя не просто как Таню или Сережу, у него появляется восприятие себя как ученика, участника школьной жизни, то есть малыш впервые начинает осознавать свое общественное Я. Все это определяет появление у ребенка новой психологической характеристики — уважения к самому себе.

Однако некоторые дети не проявляют желания учиться в школе, не хотят уходить из детского сада, желая по-прежнему оставаться маленькими и беззащитными.

Рекомендации по преодолению кризиса 7 лет предлагаются следующие:

* будьте внимательны к ребенку, любите его, но не «привязывайте» к себе, пусть у него будут друзья, свой круг общения. Будьте готовы поддержать ребенка, выслушать и ободрить его. Залог успеха – доброжелательные и открытые отношения в семье. Справиться с проблемой легче, когда она только возникла и не привела еще к негативным последствиям.
* Заранее проверьте у ребенка уровень школьной зрелости.
* Создайте условия для развития интеллекта (игры, развивающие игры и упражнения, познавательные книги), речи (чтение сказок, разучивание стихов, беседы).
* Поощряйте общение со сверстниками.
* Учите ребенка управлять эмоциями (на примере своего поведения; есть специальные игры и упражнения).
* Следите за состоянием здоровья (больной, ослабленный ребенок хуже воспринимает новую информацию, не идет на контакт с окружающими).
* Психологически готовьте к школе: расскажите, что ему предстоит (с положительной окраской), какие могут быть сложности и как можно с ними справиться, проведите экскурсию по школе).
* Реально оцените возможности ребенка. При среднем уровне интеллекта, при наличии тяжелых родовых травм, ослабленности не стоит записывать малыша в спец. класс с повышенной нагрузкой; параллельно со школой водить в секции (повремените полгода).