

ВІКОВІ КРИЗИ У ДІТЕЙ (з 0 до 15 років)

Поняття «криза» означає «поворотний пункт, революційний стрибок у розвитку - важкий, але дуже корисний, якщо він пройдено правильно». Вікові кризи бувають і у дорослих, і у дітей. Причому, на частку періоду дитинства і отрочества доводиться, на думку психологів, лівова частка вікових криз

Прийнято виділяти п'ять основних кризових періодів:

- Криза новонародженості (перші 6-8 тижнів життя);
- Криза раннього дитинства (12-18 місяців);
- Криза трьох років (2-4 роки);
- Криза 6-8 років;
- Підліткова криза (12-14 років).

1. Криза новонародженості (перші 6-8 тижнів життя)

Найпершу кризу дитини фахівці розглядають з двох точок зору: фізіологічної та психологічної. На рівні фізіології немовля повине адаптуватися до нового способу існування: самостійно дихати, зігрівати себе, здобувати і перетравлювати їжу. Спокійний режим дня, регулярний сон і харчування, добре налагоджений процес грудного вигодовування - все це допоможе дитині незабаром відчувати себе «своїм» в цьому світі. А ось процес психологічної адаптації багато в чому залежить від дій і емоцій батьків малюка. Новонароджений позбавлений основних засобів спілкування, гостро потребує при цьому нашої допомоги і підтримки. Тому тут надзвичайно важлива материнська інтуїція: мама здатна «прочитати» навіть ті потреби малюка, про які він сам не здогадується. Довіряти собі, довіряти дитині, а не порад оточуючих - це так просто ... і так складно! Але саме в цьому секрет. Тримати на ручках, обіймати, годувати грудьми, захищати від тривоги і стресів - власне кажучи, це все, що потрібно маленькій людині. Ну і татова підтримка теж, безумовно. Криза новонародженості завершується через 6-8 тижнів - з появою, так званого комплексу поживлення. Малюк вже освоївся! Ще б пак, хіба інакше він посміхався б так ніжно при одному лише погляді на улюблене мамине обличчя?

2. Криза раннього дитинства (12-18 місяців)

Криза першого року життя була вивчена психологами раніше за всі інші. Головні моменти, які призводять до розвитку нових відносин дитини зі світом в цей період, - навчання ходьби й мови (нехай не зовсім зрозумілої). Одночасно дитина починає розуміти, що мама, як і раніше знаходиться в

центрі його світобудови, не належить йому цілком - виявляється, у неї є власні інтереси, своє життя! .. І малюк починає побоюватися, що його втратять чи кинуть. Саме тому дітки деколи поведуться дуже дивно. Можуть прибігати до мами щохвилини, перевіряючи, чи на місці вона, або, навпаки, тікати щодуху, примушуючи її бігати слідом, приділяючи чаду підвищену увагу.

У цьому ж віці дитина проявляє свої перші «вольові» рішення: це можуть бути справжні «акції протесту», «опозиції», протиставлення себе іншим (особливо характерні такі реакції для дитини, яка виховується в сім'ї з досить жорсткими правилами і регламентованим розпорядком життя) . Боротися з крихіткою марно, а точніше - неприпустимо! Адже саме зараз він потребує безумовної та постійної батьківської любові і підтримки, як фізичної, так і емоційної. І якщо з фізичної підтримкою все зрозуміло, то емоційну варто трохи підкоригувати. Дуже важливо усвідомити, що ваш малюк вже не та безпорадна істота, якою був ще недавно, і трохи «відпустити» його, дозволити розвиватися у власному темпі (при цьому оцінюючи його можливості і «підштовхуючи» або «пригальмовуючи» крихітку час від часу).

3. Криза трьох років (2-4 роки)

Кризу трьох років психологи відносять до числа гострих - дитина дійсно важко керована, її поведінка майже не піддається корекції. У ще небагатому словнику дитини найчастішим стає «не хочу». Втім, вона не стільки говорить, скільки діє: ви кличете її, а вона тікає, ви просите покласти іграшку в коробку, а вона кидає її на підлогу, ви говорите їй, що хліб кришити не можна, а вона навмисне кришить. Ваша відмова в якихось його проханнях, заборона щось брати, кудись йти викликає реакцію протесту. Малюк кричить на весь голос, тупотить ногами, а буває, і замахується на вас зі злим і сердитим обличчям, зі сльозами на очах. Що трапилося? Швидше за все, нічого страшного. Просто ваш малюк росте, починає відчувати себе особистістю. Це підвищує його активність, самостійність, наполегливість в досягненні бажаного. А силоньок, вміння ще не вистачає. Щось йому не подобається, щось не виходить. І всю незадоволеність він висловлює ось такими засобами ...

Не треба сердитися на дитину, намагатися «переламати» його, відповідати на його крик криком, тим більше карати. Така позиція дорослих може лише закріпити неправильну поведінку, а іноді і дати поштовх формуванню негативних, рис характеру.

Подумайте, чи немає у дитини причин для капризів і впертості. Може, вона тяготиться зайвою строгістю, занадто частими заборонами? Може, негативно ставиться до будь-кого - припустимо, його ображають старші діти?

Знайдіть в собі сили терпляче поставитися до тупання ногами або крику. Врахуйте, що дитина іноді і сама б рада заспокоїтися, та не може. Допоможіть їй, переключивши його увагу на щось, що не має відношення до даної ситуації, скажімо, на голуба, який сів на підвіконня, на яскраву картинку в книжці, поставте музику, яку вона любить. Якщо позиція дорослих правильна, подібні порушення в поведінці дитини зазвичай через півроку-рік проходять.

Але треба мати на увазі, що в період першого вікового кризи іноді виявляються і серйозні психічні відхилення. Різка гормональна перебудова, пов'язана з активізацією ядер проміжного мозку і гіпофіза, інтенсивний розвиток процесів пізнання, що відбувається в цьому віці, нерідко сприяють виявленню нервово-психічних захворювань. У деяких починає чітко формуватися своєрідне відхилення психічного розвитку - ранній дитячий аутизм. Його характерна риса - різке ослаблення потреби в контактах з оточуючими. Дитина ні з ким не хоче розмовляти, у неї відсутні емоційні реакції на поведінку оточуючих: вона не посміхається, не сміється, не лякається, не проявляє інтересу до іграшок, тварин, до появи нових людей - живе ніби відгородженою від зовнішнього світу. Її розвага - це повторювані одноманітні рухи, наприклад, обертання кистей рук перед очима, перебирання пальців, розгойдування тулуба ... Такі дивацтва в поведінці дитини, відсутність природних дитячих інтересів повинні насторожити. Треба обов'язково показати малюка дитячого психоневролога. Психічні захворювання, що почалися в ранньому віці, мають, на жаль, несприятливий перебіг, і, природно, чим раніше розпочати лікування, тим більше надій на те, що воно буде успішним.

4. Криза 6-8 років

Дана вікова криза збігається з періодом інтенсивного фізичного зростання, вдосконалення тонкої моторики рук, розвитку ряду складних нервово-психічних функцій. І саме в цей напружений для організму час змінюється соціальний статус дитини - вона стає школярем. Необхідність пристосуватися до нового оточення і до нових вимог створює у деяких дітей передумови для формування комплексу відхилень і порушень поведінки, що об'єднуються умовним терміном «шкільний невроз». Дитина стає дуже тривожною, боїться запізнитися в школу, щось зробити не так, у неї порушується апетит, особливо вранці, з'являється нудота і навіть блювота. В інших випадках дитина, навпаки, не хоче вставати, одягатися, щоб іти на заняття, забуває завдання, не може пристосуватися до дисципліни, не відповідає на запитання вчителя. Найчастіше це буває з ослабленими дітьми, які досягли шкільного віку, але за фізичними і психічними даними відстають від однолітків. Тому не поспішайте тому віддавати до школи шестирічну дитину, якщо лікар дитячої поліклініки вважає, що вона ще недостатньо до цього підготовлена. Першокласників, крім, звичайно, міцних, витривалих

хлопців, не слід завантажувати додатковими заняттями в музичних школах, спортивних секціях, студіях: нехай спочатку добре адаптуються до школи. Фізіологічні особливості даного віку (6-8 років), психологічні труднощі, що виникають у зв'язку з адаптацією до школи, можуть спровокувати декомпенсацію тих приховано протікаючих ушкоджень головного мозку, які були пов'язані з ускладненнями вагітності або пологів, інфекціями, травмами перших років життя. Це проявляється підвищеною стомлюваністю, руховим занепокоєнням, відновленням виникаючого в дошкільні роки заїкання, нетриманням сечі. І тоді, звичайно, батькам не обійтися без допомоги лікаря. Дуже важливо створити дитині вдома спокійну обстановку, не пред'являти непосильних вимог і, звичайно, не карати за бруд в зошиті або невивчений урок, - так можна тільки посилити негативне ставлення до навчання. Не можна залишати поза увагою, що саме в 7-8 років у дітей з неврівноваженою нервовою системою, особливо у хлопчиків, вперше можуть з'явитися такі порушення поведінки, як втеча з дому. Спочатку це зазвичай пов'язане зі страхом покарання, протестом проти сварок батьків або якихось інших неприємностей, пережитих вдома.

5. Підліткова (пубертатна) криза (12-14 років)

Найбільш виражені фізіологічні та психологічні зміни відбуваються в 12-15 років. Підліткам-хлопчикам у цьому віці властиві збудливість, нестриманість, нерідко агресивність. У дівчаток переважає нестійкість настрою. Для тих і інших характерне поєднання підвищеної чутливості і вразливості з егоїзмом, байдужістю, а нерідко і з черствістю до оточуючих, в тому числі й до найближчих. Прагнення до самостійності, незалежності від дорослих, потреба в самоствердженні нерідко штовхають підлітка на ризиковані вчинки. Не вмючи утвердитися в навчанні, творчості, спорті, стверджуються, долучаючись до паління, алкоголю, наркотиків, вступаючи в ранні статеві зв'язки. Для підлітків типові реакції групування, тобто прагнення до проведення часу в групі однолітків - це для них теж один із способів самоствердження. Підліток вимагає не меншої, а, може бути, навіть більшої уваги батьків, ніж першокласник. Але ставитися до нього треба не як до дитини, а як до дорослого або майже дорослого, враховувати, які болючі для нього уколи самолюбства. Якщо хочете від нього домогтися чогось, не нав'язуйте безапеляційно своєї думки, а спробуйте підвести його самого до того чи іншого рішення, щоб він сприйняв його, як своє власне. Грань між природними особливостями третьої кризи і виникаючими у дітей у віці 12-15 років психічними розладами іноді важко впіймати. Але про можливість таких розладів треба знати: в цей період, особливо при прискореному темпі фізичного і статевого дозрівання, може виявитися прихована схильність до деяких серйозних психічних захворювань. Якщо поведінка підлітка не вкладається в рамки звичайного, якщо ви помічаєте у нього різкі коливання настрою, химерні захоплення, якщо він став дуже

замкнутим, холодним, відчуженим від звичайних для його однолітків занять і інтересів, зверніться до психіатра - такий фахівець вам допоможе.

Вікові кризи закономірні. Але протікати вони можуть по-різному: і гостро, болісно, і м'яко, майже непомітно. І залежить це не тільки від фізичних і психічних особливостей дитини, але і в дуже великій мірі від умов, в яких вона живе, від її виховання. Можна майже гарантувати, що дитина спокійно пройде через всі вікові кризи, якщо самих батьків ніколи не зрадить витримка і терпіння, а в сім'ї панує доброзичлива, спокійна атмосфера.