

Консультация для родителей

«Кризис 5 лет – как помочь ребёнку пережить его?»

Выполнили воспитатели:
Н. В. Дроздова и С. В. Воробьева

В пятилетнем возрасте у детей происходят интенсивные физиологические и психологические процессы. И в связи с этим на нервную систему оказывается колоссальная нагрузка. Поэтому этот период взросления сопровождается частым возникновением стрессовых переживаний, с которыми дети не всегда могут справиться. Родители пятилеток замечают, как меняется поведение их ребенка, и не всегда могут найти этому объяснение.

Перемены в жизни и мироощущении ребёнка 5 лет:

- он социализируется, учится воспринимать взаимоотношения между людьми. Дети начинают устанавливать тесные контакты с ровесниками;
- начинается идентификация себя и окружающих по половому признаку;
- интенсивно идет нравственное развитие. Дети учатся разбираться в категориях «добро-зло», «чуткость-безразличие», «можно-нельзя» и многих других;
- ребенок учится самостоятельно рассуждать, формировать свое собственное мнение. И часто в этом возрасте детские умозаключения кажутся взрослым парадоксальными;
- большие проблемы доставляют родителям и начавшиеся страхи. Дети часто боятся разочаровать родителей, потерять их любовь. Начинается боязнь темноты, одиночества, большого количества людей и многого другого.

Пять лет — это период интенсивного познания законов мира. Но так как свой опыт еще не накопился, ребенок старается тщательно подражать своим родителям или другим, авторитетным в их глазах, людям, не до конца еще понимая глубинной сути поступков взрослых.

В пятилетнем возрасте для нормального развития детей очень важно доброжелательное отношение к ним взрослых членов семьи.

Признаки кризиса

Чаще всего наблюдаются следующие признаки:

- у ребенка появляются приступы беспричинной злобы, агрессии, направленной на близких людей;
- дети могут «уйти в себя», замкнуться, перестать идти на контакт;
- начинаются требования чего-либо, сопровождаемые капризами и даже истериками;
- остро проявляется потребность «я сам». Это касается не только каких-то мелких дел, связанных с самообслуживанием, но и более серьезных, например, появляются попытки настоять самостоятельно ходить по улицам, даже если на них интенсивное движение транспорта или большое количество людей;

- возможно появление шутовского поведения, кривляния.

В это же время у ребенка начинают проявляться страхи сделать что-то не так или недостаточно хорошо, потерять любовь членов семьи. Проявления страха могут заключаться в отказе идти на улицу гулять, желании спрятаться за родителей при попытке незнакомых людей поговорить с малышом.

Повышенное любопытство в 5 лет заставляет малышей подслушивать и подглядывать за взрослыми.

Частая смена настроения, повышенная физическая и психоэмоциональная утомляемость - характерные признаки переломного периода.

Как вести себя родителям?

Чтобы предупредить или сгладить проявление психоэмоциональных срывов, родителям надо не только демонстрировать понимание состояния своего ребенка, но и направить в мирное русло его импульсивность.

Придерживаться правил:

- чаще играть с малышом: в дневное время это должны быть подвижные игры;
- незадолго до сна всей семьей устраивать прогулки на свежем воздухе;
- делегировать детям несложные домашние дела – поливать комнатные цветы, помогать маме в магазине с покупками.

При этом очень важно не забывать каждый раз благодарить за помощь и подчеркивать, насколько значимой она для вас является.

Всегда отмечайте успехи и таланты своих детей в любой области, поощряйте его стремление узнавать новое. И как можно чаще напоминайте ему, что вы все равно его любите. Тогда кризис в 5 лет у ребенка будет протекать намного мягче.

Обязательно объясните детям границы дозволенного и расскажите, почему должно быть именно так.

Малыш должен знать законы и порядки, принятые в семье. Если он устроил истерику из-за того, что что-то произошло не так, как он хотел - переждите. Когда ребенок успокоится, надо поговорить с ним, объясняя, как надо себя вести, почему нельзя делать то, что он хочет. Родителям надо отнестись с терпением и пониманием к капризам своего пятилетнего ребенка.

ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ!