**КРИЗИС 5 ЛЕТ – КАК ОГРАДИТЬ РЕБЕНКА ОТ НЕГАТИВА**

Каждый родитель всегда переживает за своего ребенка, всегда волнуется по любому поводу, всегда поддерживает и понимает.

В жизни ребенка возникает много кризисных моментов, которые особенно тяжело переживают не только сами дети, но и родители. В такие моменты нужно знать подход к своему чаду.

**Кризис пяти лет – очень тяжелое время** для всех членов семьи, поэтому стоит проявить выдержку и терпение,

без которых просто не обойтись.

**ЧТО ТАКОЕ КРИЗИС 5 ЛЕТ?**

Психологами были условно обозначены границы детских кризисов: 1 год, 3 года, 5 лет, 7 лет.

В это время нужно вести наблюдение за поведением ребенка и корректировать его в соответствии с морально-нравственными нормами, принятыми в обществе, не забыв при этом обеспечить ему сохранность жизни и здоровья.

В возрасте пяти лет дети уже четко и доступно формируют свои желания, уже умеют разговаривать. Они начинают фантазировать, придумывать разные ситуации, которых не было и вовсе, интересуются обучением, становятся любознательными.

Кризис 5 лет у детей самый многогранный – они полностью копируют поведение взрослых, отказываются от привычных видов деятельности. Малыш будет наблюдать исподтишка за вами и вашими отношениями с супругом, в общении со сверстками копировать его в мелочах, фразах и деталях. Дети 5 лет очень любят подсматривать за взрослыми и подслушивать их «взрослые» разговоры. Дети становятся менее эмоциональными, они подавляют слезы во время наказания, показывая тем самым всю степень своего взросления. Бывает, что они заигрываются до такой степени, что их поведение меняется до неузнаваемости.

**ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ**

По достижению возраста 5 лет, **ребенок хочет и пытается быть взрослым**, но, к сожалению, у него это не получается. На фоне этого внутри у ребенка назревает конфликт, он подражает взрослым и бросает свои игрушки.

Если раньше любое свое достижение он показывал вам и ждал похвалы, то сейчас он начинает закрываться в себе.

**Каковы же причины кризиса:**

- не получается быть взрослым, хотя стремление к этому очень большое;

- у ребенка развивается кора головного мозга, он учится контролировать свои эмоции;

- ребенок начинает осознавать свой пол, отличие от другого пола;

- ребенок начинает фантазировать, его мнение о жизни и представление меняется.

Каковы бы причины ни были, вы должны сделать для ребенка максимально удобными условия его жизни, чтобы кризис прошел незаметно.

**Психологи утверждают, что кризис 5 лет у детей присутствует лишь тогда, когда в отношениях между родителями есть трения, если они чересчур эмоционально относятся к семейным проблемам, вынося их напоказ.**

Дети показывают нам, какие мы есть на самом деле, так что кризис пятилетних малышей можно назвать, в полной мере, **семейным.**

**Началось!**

Существуют симптомы, которые характеризуют кризис 5 лет, они имеют отличия от других кризисов в жизни детей.

Если ваш ребенок всегда был для вас открыт, всегда делился с вами своими достижениями и успехами, то сейчас **он вдруг становится замкнутым, перестает с вами разговаривать**, не делится эмоциями (он может поделиться эмоциями даже с любимой игрушкой, но не сказать вам).

**Ребенок начинает всего бояться**, его опасения хоть и не оправданны, страх к новому и неизвестному все равно в нем присутствует, он становится вдруг неуверенным в себе (боится новых знакомых, боится не понравиться кому-либо).

**Ваш малыш может стать раздражительным и злым**, грубить вам и другим родственникам, срываться на других детях (отказывается одевать вещи, которые ему дают родители, злится на всех).

**Часто устраивает истерики без повода**, подолгу плачет и капризничает. Та ситуация, которая раньше не вызывала эмоций, становится главным раздражителем (отказывается спать днем).

Ребенок очень часто **подражает взрослым, манерничает, кривляется** (повторяет за мамой, как она готовит, убирается, или как папа чинить машину).

Ребенок **борется за свою самостоятельность**, желает стоять в одном ряду со взрослыми, требует, чтобы у него было больше прав, чтобы ему доверяли важные дела (хочет гулять на улице без родителей, один).

**Кризис 5 лет неизбежен**, и чтобы не страдал ребенок, обеспечьте его своей лаской, подарите ему радость вашего общения, играйте с ним, не воспринимайте в штыки его капризы и обиды, ведь вы старше и опытнее, вы должны сделать все, чтобы кризис прошел, как можно незаметнее.

**Как помочь ребенку преодолеть кризис?**

**Любой кризис нужно уметь грамотно преодолеть**, нельзя делать многих вещей по отношению к ребенку. Как же помочь ему в этот, нелегкий для всех, период?

**Разговаривайте больше со своим ребенком**, спрашивайте об его успехах, неудачах, сами рассказывайте ему, как прошел ваш день, общайтесь на любые темы (спросите как дела у его игрушек, расскажите, что на работу сегодня пришел новый сотрудник).

**Объясняйте ему все доступно**, если он требует что-то, например, гулять одному, объясните, что он еще совсем маленький и нуждается в сопровождении взрослого (скажите, что будете сидеть на лавочке в парке, пока он гуляет, и просто издалека за ним наблюдать).

**Если ребенок отказывается спать**, объясните, что спать днем необходимо, чтобы настроение было хорошее, можете пойти ему на уступки – отодвинуть сон на небольшое расстояние (иногда сон можно заменить на другое очень спокойное занятие, чтобы он в любом случае смог хорошенько отдохнуть).

**Позволяйте ребенку выполнять взрослую работу**, если он так желает скорее повзрослеть (поливать цветы, протирать пыль).

Проявляйте терпение по отношению к своему ребенку, **хвалите его всегда, за каждую мелочь**. Если вы видите, что у него что-то не получается, не надо спешить к нему на помощь, если он не просит. Пусть ребенок сам придет к верному решению (похвалите его за то, что собрал все игрушки).

**Если вы что-то запрещаете ребенку**, не будьте категоричны в своих словах, предложите ему альтернативу, несколько других занятий на выбор, чтобы ребенок не нервничал и не капризничал (если вы запретили смотреть телевизор, включите ему аудио сказку, пусть слушает).

**Если ребенок проявляет характер в кулаках**, если дерется с сестрами или братьями, грубит, вы должны четко ему объяснить, что это неприемлемо в вашей семье, чтобы такого никогда больше не повторилось (скажите, что это очень плохо, если его ударят, ему больно, и другим тоже больно).

Любите своего ребенка, показывайте ему свою любовь, то, как сильно он вам дорог, проявляйте ласку и трепет по отношению к ребенку, чтобы он чувствовал ваше тепло и заботу.

Читайте сказки на ночь, играйте с ним в игры вместе (отложите все свои дела, чтобы он это видел, и поиграйте с ним в его любимые игры).

**Чтобы ребенок действительно вам доверял, станьте для него другом, делитесь эмоциями, чаще гуляйте вместе,**

**разговаривайте с ним на любые темы.**

**Тем самым вы расположите к себе своего малыша, и, может быть,**

**кризис пройдет ровно и гладко.**

**Чего нельзя делать**

В моменты кризиса нужно придерживаться определенных правил, поддерживать ребенка и не ругать его.

**А что же категорически запрещено в кризис 5 лет:**

1. Нельзя ругать ребенка ни в коем случае, ведь он итак замыкается и боится. Не показывайте ему свою грубость в словах и действиях.
2. Если ребенок сам проявляет грубость, не надо его ругать и шлепать, просто объясните, что этими словами он очень обижает своих близких, можете даже какое-то время с ним не разговаривать, чтобы он понял, что вы действительно обиделись.
3. Ни при каких обстоятельствах нельзя подавать пример насилия детям.
4. Если ваш малыш услышал от кого-то плохие слова и начал их повторять, нельзя на него кричать и запрещать так говорить, стоит его просто отвлечь или объяснить, что так выражаться – нехорошо.
5. Нельзя не уделять ребенку внимание, показывать свой негатив, открещиваться от общения с ним, если вы заняты.

Запомните, для вас **на первом месте ребенок, а уж потом все ваши дела**. Ребенку нужно внимание и забота, он должен видеть в вас своего друга, должен чувствовать ваше тепло.

Любой ребенок мечтает об идеальных родителях, так станьте ими хотя бы на время кризиса. Играйте с ним, веселитесь, ведите себя, как маленький, заинтересованно слушайте его, показывайте, как вам весело и хорошо с ним.

**Дайте ребенку понять, что он – самое главное в вашей жизни**, что никакие дела не заменят

общение с ним.