***Кризис пяти лет – как родителю помочь ребенку его преодолеть…***

***Возрастной кризис*** – неотъемлемая часть взросления каждого ребенка. Постепенно развиваясь, малыш все больше знакомится с окружающим миром и его психическое восприятие меняется. Не стоит воспринимать кризис как нечто негативное. В психологии этот термин означает переход к чему-то новому, изменение понимания мира на более взрослое.

Уже давно выделено несколько этапов детских кризисов – одного года, трех лет, пяти лет, семи и, наконец, подростковый период. Все эти возрастные категории наиболее подвержены переменам в психике и каждый ребенок проходит через эти этапы по-разному. Задача родителей при этом – помогать ребенку преодолеть их.

***Пять лет – этап очень сложный.*** Есть несколько возрастных особенностей такого периода:

* Подражание взрослым
* Управление эмоциональностью поведения
* Интерес к новым хобби и увлечениям
* Стремление к общению со сверстниками
* Быстрое формирование характера
* Ребенок очень быстро развивается и часто ему бывает сложно с этим справиться.

Резкая смена поведения малыша, его реакции на слова или поступки взрослых – это первый и самый явный признак перехода на новую ступень развития. В этом возрасте, наблюдая за родителями, ребенок хочет быть максимально на них похожим. Наверное, все помнят, как в детстве хотели быстрее повзрослеть. Но быстро повзрослеть не выходит, и ребенок начинает из-за этого нервничать и закрываться в себе.

Мозг малыша активно развивается, он уже знает, что такое фантазировать. Дети с удовольствием придумывают себе воображаемых друзей, сочиняют разные истории. Они успешно копируют манеру поведения мамы и папы, перекривляют их мимику, походку, речь. Возраст 5 лет характеризуется также любовью к подслушиваниям и подглядываниям, в ребенке растет любопытство по отношению к окружающему миру.

По наступлению кризиса ребенок замыкается, ему уже не очень хочется делиться с взрослыми своими успехами и неудачами. У малыша появляются разные страхи, начиная от боязни темноты и заканчивая смертью близких людей. В этот период дети крайне нервные и неуверенные в себе, они стесняются чужих людей, боятся начать общение с ними. Им все время кажется, что не понравятся взрослому. Иногда ребенок страшится самых обыденных вещей.

Поведение малыша меняется совершенно в противоположную сторону. Покладистый ранее ребенок становится неуправляемым, он не слушается, проявляет агрессию. Дети могут постоянно ныть, что-то требуя у родителей, плакать, закатывать неконтролируемые истерики. Раздражительность, злость очень быстро сменяют хорошее настроение. Переживая кризис, дети сильно утомляются и многие родители не знают, что делать, чтобы вернуть все на круги своя.

***Что же нужно делать, чтобы малыш с комфортом преодолел сложный этап?***

Обеспечьте чаду спокойную обстановку. В семьях, где сами родители постоянно ругаются, ребенку будет морально тяжело справляться еще и со своими внутренними проблемами. Попытайтесь вывести его на разговор, понять, что не так, что его тревожит. Многие дети не сразу, но идут на контакт и начинают доверять родителям свои тайны и страхи. Продумайте, как успокоить ребенка и предложите совместное решение вопроса.

Проявляйте к малышу внимание, всегда интересуйтесь им, его успехами. Привлекайте его к помощи по дому, разъясняя, почему важно, чтобы было чисто. Спокойное объяснение – это лучший способ дать понять ребенку, для чего нужны простейшие обязанности. Очень хороший результат дает рассказ о собственных удачах. Поделитесь ими с ребенком, можете также поведать и о своих страхах.

Пять лет – это уже не кроха, за которой нужно всюду следовать. Дайте малышу некоторую свободу действий, покажите ему, что он уже может быть самостоятельным. При необходимости общайтесь с ним как с взрослым, дети это очень ценят. Всегда поддерживайте его и не ругайте за ошибки. Взявшись за трудное дело и не справившись, малыш сам поймет, что зря не прислушался к совету.

***Не рекомендуется…***

Часто родители, столкнувшиеся с кризисом у ребенка, начинают мгновенно вводить массу табу и ограничений, кричать, расстраиваться, обижаться. Это делать ни в коем случае нельзя. Трудно в некоторых ситуациях сохранять самообладание, но взрослому это все же легче, чем ребенку, пока обладающему маленьким опытом. При правильной реакции взрослых на капризы и истерики кризис не затянется на долгое время.

Не нужно демонстрировать ребенку собственную агрессию и злость на его поступки, теряться и паниковать во время истерики. Реагируйте спокойно, сядьте и просто подождите, пока ребенок успокоится. Потеряв бурно настроенного зрителя, дети быстро приходят в себя. После этого можно вместе побеседовать и разобраться в причине капризов.

Помните, если вы будете вести себя также агрессивно, как и малыш, его поведение от этого только ухудшится.

Не контролируйте ребенка везде и всюду, постарайтесь пересилить себя и перестать его поучать. Хорошим вариантом будет вместе придумать обязанность, которая отныне будет исполняться только ребенком. Например, полить цветы. Поясните, что если их не поливать, они завянут. Покупка домашнего питомца – также огромный вклад в развитие самостоятельности у детей.

***Советы и рекомендации родителям для построения взаимоотношения с собственным ребёнком*:**

- Создавайте возможности для активной подвижной деятельности, но не допускайте переутомления. Чередуйте виды деятельности.
- Предлагайте для игры мозаику, лото, пазлы, конструкторы, а также игры, не имеющие чёткой функции: камушки, палочки, брусочки. Вместе с этим не затягивайте игру, т.к. сам ребёнок не сможет её закончить.

- Совместно рисуйте, лепите, делайте простые поделки из различных материалов, используя разнообразные инструменты. Обязательно хвалите его. Дарите поделки близким.

- Дайте возможность проявлять самостоятельное творчество.

- Не оставляйте без внимания детские страхи.

- Не делайте при детях то, что запрещаете им. Запретов не должно быть много, иначе их трудно выполнить.

- Незаконченные дела доделайте вместе, заинтересуйте поощрением.
- Хвалите и гордитесь своим малышом, ведь он у Вас такой единственный и неповторимый!