

## Кризис ребенка первого года жизни

Что случилось с вашим милым лапушкой? Отчего ребенок стал капризным деспотом, топающим неокрепшими ножками? Не спешите пугаться. Дело не в характере - просто у **ребенка кризис первого года жизни**. Вполне закономерное явление. В период от девяти месяцев до полутора лет, согласно **календарю развития ребенка**, через подобный кризис проходят все. Ничего удивительного: кризис сопровождает восхождение на каждую новую ступень самостоятельности. Вот почему кризисным становится возраст три года, семь лет и знаменитый переходный (обычно 12-14 лет). Первый год жизни - тоже важный этап в жизни маленького человечка: он начинает ходить и самостоятельно перемещаться в пространстве. Ему все интересно, все хочется потрогать, попробовать на зуб. Вскоре малыш начнет осознавать себя самостоятельной личностью. И вот уже он со скандалом пытается отстаивать собственные гастрономические предпочтения, гневно отвергает фартучек или новую рубашечку, ставя родителей в тупик. И если бы только это!

**Признаками кризиса ребенка первого года жизни** психологи считают следующие:

- "Трудновоспитуемость" - упрямство, настырность, непослушание, требование повышенного внимания;
- Резкое увеличение новых форм поведения, попытки самостоятельных действий и решительный отказ от выполнения необходимых процедур;
- Повышенная чувствительность к замечаниям - в ответ следуют обида, недовольство, агрессия;
- Повышенная капризность;
- Противоречивое поведение: малыш может попросить о помощи и тут же отказаться от нее.

**Зачем они делают это.**

Главная проблема кризиса первого года жизни в том, что родители часто не успевают перестроиться вслед за бурным развитием своего ребенка. Еще вчера он спокойно лежал в кроватке и довольствовался подвешенными над ней погремушками, а сегодня у него проснулся интерес к маминой косметике, бабушкиным лекарствам и папиной отвертке. И на улице беда - чистенький ребенок, которого так усиленно приучали к аккуратности, лезет в лужу, зарывается носом в песок. За завтраком неуклюжий карапуз пытается самостоятельно действовать ложкой, перемазывается в каше и отчаянно плачет, когда мама пытается взять кормление в свои руки. Первая реакция взрослых - прекратить это безобразие. Однако капризы и дурное поведение (слезы, крики, скандалы), желание все хватать и проявлять неуместную пока еще самостоятельность - не приметы плохого характера и избалованности, с которыми нужно бороться. Таковы естественные проявления этапа взросления. На самом деле за каждым из них стоит что-то очень понятное, объяснимое и важное для малыша. Попробуем остановиться и подумать, что чувствует сейчас сам ребенок? Зачем он делает ЭТО? И если ключ к

пониманию ребячьей страсти к играм с грязью или вещами из мира взрослых найти легко (достаточно вспомнить себя в таком возрасте), то над иными детскими загадками приходится порой поломать голову. Мама показывает годовалому Пете, как собирать домик из кубиков, невольно увлекается и сама, и тут отпрыск с хитрой улыбочкой разрушает архитектурное сооружение, чему очень радуется. Маме обидно. Ей кажется, что Петя просто хулиганит. Однако дитя, во-первых, еще не понимает, что нужно уважать чужой труд, и требовать этого от него рановато. Во-вторых, мамин замок он разрушает не из вредности, а потому, что ему интересно наблюдать, как разлетаются в стороны разноцветные кубики. Пройдет время, и он сам с удовольствием будет строить, а не разрушать. А пока ему гораздо важнее и приятнее другое: наблюдать траекторию падения кубиков. А уж стремление ребятишек все потрогать и достать и вовсе имеет научное обоснование: оказывается, таким образом, дитя не просто развлекается, а развивает сенсомоторную активность и поисковую деятельность.

### **Как себя вести с ребенком, у которого кризис первого года жизни?**

Все это, конечно, не значит, что ребенку, переживающему кризис первого года жизни, следует разрешать все. Определенные запреты, конечно же, нужны, но их должно быть немного, чтобы малыш смог запомнить и усвоить именно запреты, а не то, что злые взрослые все ему запрещают. Формулировать правила желательно коротко и четко, причем без улыбки, чтобы кроха сообразил: ему не предлагают поиграть в игру "обмани маму", а говорят серьезно. Еще один важный момент: правила желательно повторять каждый раз, когда возникает оговоренная в них ситуация. А чтобы обойтись без скучности, можно сложить из каждого правила стишок, например "Раз - идем с тобой гулять, надо шапку надевать". "Ну что ж, надо так надо", - подумает про себя юный скандалист и... покорится. Большинство взрослых запретов обычно касаются безопасности ребенка. Но и тут можно проявить творческий подход. Так, если маленького исследователя тянет совершить нечто запрещенное, постарайтесь тут же переключить его внимание. Например, можно забрать у него разноцветные таблеточки (и где он их только раздобыл?!), а взамен предложить такие же яркие, но несъедобные и крупные пуговицы. Взрослую книжку с тонкими страницами, которые кроха может легко порвать, заменить книжкой-раскладушкой для малышей, где странички сделаны из картона. "Безобразия" в ванной свести к цивилизованной игре с водой в игрушечном тазике. Скажем, дети полутора лет и старше с огромным удовольствием играют в рыбалку. В магазинах сегодня продаются наборы для этой игры, в которых плавающие рыбки и удочка снабжены крошечными магнитами.

### **Когда не будет хорошо?**

Другая задача: нужно не отвлечь кроху, а, наоборот, заставить его сделать что-нибудь, отчего он категорически отказывается. Тут для начала стоит подумать: а надо ли заставлять? Если речь идет об отказе от еды, то, безусловно, нет. Заставлять малыша есть крайне вредно не только для его психики, но и для его физического здоровья. Организм, особенно детский,

гораздо умнее нас. Ребенок интуитивно чувствует, что ему сейчас нужно. Пусть сегодня он предпочитает курицу, а завтра соглашается есть одни макароны. Не страшно. Конечно, было бы лучше, если бы он тянулся чаще к фруктам и овощам, но, согласитесь, вред от временной макаронной диеты нельзя сравнить с испорченным здоровьем. А если ребенок вообще отказывается есть? Просто вспомните старую французскую мудрость: ребенок никогда не позволит себе умереть с голоду. Предпочтения малыша вообще стоит учитывать всякий раз, когда это можно сделать. Кроха отказывается от одноразовых подгузников? Что ж, значит, пришло время отвыкать от этого достижения цивилизации (в дневное время после девяти месяцев это настоятельно рекомендуют и врачи). Наоборот, требует себе соску, хотя вроде бы пора от нее отвыкать? Ну, так дайте ему эту соску, особенно если не хотите, чтобы малыш заменил ее каким-то предметом, совершенно не подходящим для постоянного сосания и обглаживания.

Конечно, все эти советы по уходу за ребенком, у которого наступил кризис первого года жизни, могут показаться слишком либеральными. Гораздо проще надавить на ребенка и заставить его сделать (или не делать) то, что мы считаем нужным. Кроха поплачет, поноет, а потом успокоится, и все вроде бы будет хорошо. Но хорошо не будет. Стоит спросить себя: каким вы хотите видеть своего ребенка? Наверняка не вялым, безынициативным, не способным принимать решения трусишкой. И не истеричным маленьким грубияном, добивающимся желанной мелочи с криком и слезами. Но давление, как метод общения с малышом, - верный способ вырастить ребенка именно таким. Крохе, не привыкшему чувствовать уважение к себе, трудно вырасти сильным и уравновешенным человеком, способным стать другом для своих родителей. Для того чтобы добиться своего, ему скорее придет в голову пустить в ход слезы, шантаж, а позднее - грубость, чем спокойно, с улыбкой сказать: "Знаешь, мама, я бы хотел сделать это вот так. Ты не против?"

### **Игры - лучший помощник родителям ребенка в кризис его первого года жизни.**

Что кроме терпения и понимания может помочь родителям ребенка в кризис его первого года жизни? Конечно, чувство юмора, творческий подход и умение играть. С этими волшебными качествами любую "неразрешимую" проблему можно превратить в игровую ситуацию. Скажем, малыш простудился, и врач велел ему парить ножки в ведерке. Попробуйте пустить в ведерко игрушечные кораблики или другие плавающие игрушки. Или такая ситуация: даже если ребенку пришла пора отказываться от одноразовых подгузников, зимой на прогулке они ему еще необходимы. Но надевать их малыш отказывается. На выручку может прийти плюшевый мишка, который тоже отправляется гулять и потому надевает памперс перед выходом на улицу (вместе с малышом повяжите медведю какой-нибудь платочек, символизирующий памперсы). Мишка выручит и за столом, когда крохе придется надеть фартучек (у некоторых детей и с этим предметом туалета возникают проблемы). Ребенок отталкивает свитерок, который натягивает на

него мама? Можно сыграть в "магазин" и предложить малышу самому "купить" один из его свитерков, разложенных на диване. Вообще, право выбора (одежды, игры, блюда) - очень важная вещь. Любой карапуз, рвущийся к самостоятельности, обязательно оценит такое доверие к своей персоне. Помогут ребенку (а заодно и его родителям) и игры особого рода - те, что можно назвать развивающими. Такие игрушки дадут выход чрезмерной творческой энергии малыша и направят ее во вполне мирное русло. Например, у каждого годовалого индивидуума должна быть пирамидка, для начала маленькая из 3-5 колец. Еще одна чудесная игрушка - матрешка. Конкуренцию им составляют любые несложные игрушки (или заменяющие их предметы), которые можно складывать, разбирать, вставлять, вынимать, в общем, всячески видоизменять. Например, старый выключатель, который разрешается сколько хочешь включать-выключать, способен стать великолепной игрушкой для чересчур активного крохи, не подпускаемого к кнопкам бытовой техники. А уж банка или кастрюлька, куда можно складывать вещи, - просто находка.

### **Поговорим, мама!**

Родителей ребенка первого года жизни смущают не только его непослушание и склонность к капризам. Год - это возраст, когда ребенок учится говорить. И он уже хочет быть понятым. Вот только общается малыш с нами на своем малопонятном языке. А, не встречая понимания и сочувствия, очень горько обижается. Как же быть? Выход один - больше разговаривать с крохой, стимулируя у него развитие речи. Для начала попробуем освоить понимание. Например, одевая малыша, попросите его "помочь" вам. Где рубашечка? Дай мне рубашечку. А где наши тапочки? Принеси мне, пожалуйста, тапочки. Постепенно, медленно кроха начнет выполнять указания мамы, а новый уровень самостоятельности поможет ему относиться к скучной процедуре одевания с большим терпением и интересом. Сопровождение любых действий (ваших и самого малыша) словами со временем обязательно поможет ему заговорить. Этот навык нужно всячески поощрять, стараясь добиваться от крохи активного употребления слов, которые он уже способен произнести. Можно, например, не выполнять просьбу ребенка, если он выражает ее жестом и междометиями, хотя в состоянии произнести и слово. Поощряя каждую его словесную победу, нужно не забывать осваивать и новые слова и слоги, четко проговаривая их вместе с ребенком. Делать все это стоит просто потому, что, если малыш привыкнет быть понятым без слов, это может затормозить развитие его речи.

### **Шаг назад и два вперед – развиваемся с кризисом первого года жизни.**

А теперь резонно будет задать вопрос: так ли уж страшен кризис ребенка первого года жизни? Конечно нет. Делая определенный шаг назад в этот период, малыш одновременно делает два шага вперед - в сторону своей физической и психологической зрелости. Разумеется, ему сейчас нужна помощь взрослых. Не случайно именно в этом возрасте ребенок так чувствителен к оценке своих действий родителями, так отчаянно готов

привлекать мамино внимание, выбрасывая из манежа игрушки и топя ножками. Капризный, не слишком уверенный в себе, стремящийся к самостоятельности и еще ничего не боящийся, болезненно самолюбивый и обидчивый, переживающий свой первый серьезный кризис ребенок очень нуждается в постоянной родительской поддержке. Более того, его ориентация на оценку взрослого - важное условие правильного развития в "годовалый" период. Постарайтесь быть терпеливыми, не торопитесь ругать и наказывать вашего неудачливого искателя самостоятельности. А если уж и хотите поругать его, лучше всегда каким-то образом подчеркнуть, что неудовольствие мамы вызвал конкретный поступок карапуза, а не он сам. Если вы сумеете отнестись к малышу, переживающему первую трудную пору своей жизни, с сочувствием и уважением, кризисные явления вскоре исчезнут сами собой. Кризис сменится периодом стабильного развития, когда пугавшие родителей проявления обернутся важными завоеваниями: новым уровнем самостоятельности, новыми достижениями. Закрепиться, став чертами характера, негативные проявления могут лишь в одном случае: если взрослые будут общаться с ребенком с позиции сильного: "Перестань орать и ешь!", "Нельзя, я сказала!" - и ничего больше. Действуя вместе с ребенком, но никак не вместо него, можно не только быстро преодолеть кризис первого года жизни, но и заложить прочную основу для гармоничного развития малыша и чудесных, доверительных отношений с ним.