**Консультация для родителей**

**Кризис пяти 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?

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.

*Ребенок в пять лет стремится общаться со сверстниками,****ему интересны другие дети, но не всегда это общение он получает****, иногда может даже чувствовать себя одиноким.*

*Порой, ему просто не с кем поделиться.*

На фоне этих переживаний и может появиться кризис 5 лет, который выразится в капризности и истеричности. Если вдруг вы заметите, что ваш малыш замкнулся в себе, скорее всего, у вас начался кризис.

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.

А самое главное – проявите свою выдержку, вы справитесь со всем, не нужно прибегать к помощи психолога, или других врачей. У ребенка не должно возникать чувства страха перед чужими людьми.

Продолжительность

Кризис 5 лет может длиться неопределенное время. Он наступает в неопределенное время и **может продолжаться несколько недель, а может и несколько месяцев**, его продолжительность зависит от многих факторов, например, от индивидуального развития ребенка.

Но не стоит отчаиваться, нужно всего лишь немного подождать, и быть рядом с ребенком, поддерживать его и любить. В такие кризисные периоды для ребенка важно чувствовать ваше тепло и ласку.

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.*