**Консультация для родителей**

**«Кризис 1 года у детей»**

Подготовила педагог-психолог:

 Устинова Л.Б.

Кризис первого года жизни вызывает большие изменения в рутинной жизни ребенка и его домашних. И не удивительно. Еще вчера малыш был покладистым, но вдруг он становится строптивым, беспокойным и капризным. Что же говорит о кризисе 1 года возрастная психология?

**Кризис первого года жизни ребенка: симптомы**

Кризис 1 года у детей легко определить по его характерным симптомам. Прежде всего, ребенок становится беспокойным. Может ухудшаться его сон, общее состояние в течение дня. Малыш может слишком много плакать («расстраивается по любому поводу»), отказываться делать то, что уже хорошо делал (например, держать ложку во время еды, ходить, садиться на горшок).

Зачем нужен кризис 1 года?

«Кризис у ребенка? Как это возможно?» - удивляются многие взрослые, для которых образ детства складывается из наивных картинок о беспечности, благополучии и абсолютном комфорте. «Ведь ребенок еще не столкнулся с подлинными трудностями жизни!» Действительно, однолетнему малышу еще неведомы трудности взрослой жизни, однако, психологи утверждают, что к кризисы в детском возрасте - неотъемлемая часть процесса становления личности, и без них не обходится ничье детство. В самом маленьком возрасте отмечается конфликт между интересами ребенка достичь некоторых целей (пойти, достать предмет...) и неспособностью реализовать свои желания.

Следует учитывать, что кризисная фаза рассматривается психологами не как негативная фаза развития. Так как именно в момент преодоления трудностей само развитие и осуществляется. Развитие и тотальная гармония между миром и ребенком несовместимы. Поэтому для становления личности малыша важную роль играет постоянное столкновение с миром и неудовлетворенность существующим положением.

Не следует удивляться, когда ребенок, который имеет трудности с тем, чтобы пройти по ступенькам, начинает устраивать истерики своей маме, которая всего лишь «хотела ему помочь». Дело в том, что в сложной ситуации ребенок уже не удовлетворится помощью, оказанной ему кем-то, чтобы привести его состояние в «гармоничное равновесие». В этом случае ребенок проверяет собственное «могу». И это его конфликт с окружающим миром, а не мамой и папой, которые не помогли, не поддержали.

Помните, рано или поздно этот конфликт будет преодолен, ребенок овладеет новыми навыками, приобретет новый опыт, и тогда от периода кризиса одного года останутся только воспоминания.

**Как преодолеть кризис 1 года?**

1. Каждый ребенок развивается исключительно с той скоростью, которая присуща именно ему. Родителям не стоит обращать много внимания на соседского Максима, который уже говорит «мама» и «папа», ходит с семи месяцев и самостоятельно кушает. Ваш ребенок не обязан выполнять чей-то план. Потому, первое правило помощи ребенку, переживающему кризис, не стыдите его за «не успевание» и хвалите за малейшие достижения. Каждый ребенок имеет свой темп развития.
2. Годовалый ребенок еще не готов общению в коллективе, потому постарайтесь продлить период его домашнего пребывания, побольше общайтесь с ним, он должен быть уверен в том, что на взрослых можно положиться, и они всегда рядом. Второе правило: общайтесь с ребенком и поддерживайте его.

3. Наконец, третье правило имеет отношение к режиму дня малыша. Безусловно, если ребенок проводит мало времени на улице, не достаточно долго спит, в его семье наблюдается нервное перенапряжение (родители в постоянном конфликте друг с другом) - все эти факторы усугубляют кризисное состояние ребенка. Пока ребенок переживает кризис одного года, как конфликт между миром и возможностями малыша, который «умея, пока не умеет ходить», постарайтесь сделать так, чтобы это была единственная трудность, стоящая перед ним.

Источник: <http://womanadvice.ru/krizis-1-goda-u-detey#ixzz34EEHd6zG>   
Журнал WomanAdvice - советы на все случаи жизни.