**Кризис первого года жизни ребенка**



Еще вчера ваш малыш был милым, ласковым и улыбчивым, а сегодня это уже капризный деспот, который плачет, кричит и топает на маму своими крохотными ножками.

Не пугайтесь: просто ваш ребенок переживает свой первый кризис — кризис 1 года.

Это вполне закономерное явление. Психологи говорят: не стоит делать преждевременные выводы о тяжелом характере ребенка. Возрастной кризис — всего лишь показатель планомерного развития малыша.

**Что такое кризис 1 года?**

В период с 9 до 18 месяцев с кризисом первого года сталкиваются все дети.

В этом возрасте малыш переходит из горизонтального в вертикальное положение. Ему интересно пробовать и осязать окружающий мир — ведь так много нового и интересного вокруг!

Поэтому он и скандалит: отстаивает свои законные права — на выбор еды к завтраку, на отказ от новой шапочки.

О первом кризисе вашего малыша рассказывает эксперт Mamsy  -

**Кризис – это нормально**

Это первый возрастной кризис, который происходит в 9 мес.-1,5 года. Мамочкам нужно помнить, что это совершенно нормально и с их малышом все в порядке. Ему предстоит серьезный скачок в развитии. Он отделяется от родителей и становится более самостоятельным. Конечно, ребенку хочется иметь свое мнение по многим важным для него вопросам. Поэтому он и говорит бесконечно «не хочу» и «не буду», как кажется его маме и папе.

**Чем же характеризуется этот возрастной кризис?**

**Изменения в поведении**

Поведение и возможности ребёнка меняются. Ребёнок активно передвигается, начинает стоять и ходить, из-за чего мир ребёнка выглядит иначе, по-новому. Окружение становится  более масштабным и уже не ограничено кроваткой или манежем. Малыш может сам дотянуться до интересующих его предметов. Проявление этих изменений одновременно и радуют, и пугают малыша.

**Потребность в познании**

Как уже было сказано, ваш ребенок — больше не младенец. И он активно познает мир: открывает двери, залезает на стулья, пытается дотянуться до предметов в шкафу.

Родители начинают запрещать малышу многое. Их можно понять, они стараются обезопасить кроху, но ребенок этого не понимает. Ему хочется изучать новые предметы и явления, а ему запрещают. Он не умеет еще выразить полноценно свой протест и аргументировать позицию. И ему очень обидно, что его не понимают. Отсюда и сильные капризы, и раздражение, и бесконечное «нет, не хочу» на предложения родителей.



**Страх потерять маму**

С одной стороны, ребенок хочет действовать самостоятельно. Но, с другой — отдаляясь от мамы, такой привычной и родной, он очень боится ее потерять. Главное открытие этого раннего кризиса: родители — отдельные люди. У них есть свои занятия, работа, быт. И они не всегда могут находиться рядом. Малыш начинает бояться, что мама уйдет и... исчезнет. Поэтому он неотступно следует за ней, цепляется за подол и кричит, стоит маме отойти.

**Интерес к новому**

Новые игрушки и новые занятия — вот девиз этого возрастного периода. Особое внимание малыш уделяет тем предметам, которые можно потрогать руками. Например, пальчиковые краски приводят его в восторг.

**Отказ от помощи взрослых**

«Я сам!» - говорит ребенок, когда ему застегивают курточку или чистят зубки. Он начинает осознавать себя, как личность, и требует самостоятельности. Часто мамы злятся потому, что быстрее и проще самой одеть ребенка. Но не стоит раздражаться — малышу передастся ваша нервозность, и криков будет еще больше.



**Разделение людей на «своих» и «чужих»**

Если раньше малыш спокойно относился, когда гости брали его на руки или пытались обнять, то теперь он может неоднозначно реагировать на прикосновения. Он проявляет избирательность, которая заложена в нас самой природой для обеспечения безопасности. При этом ребенок проявляет активную привязанность к близким взрослым. Она остается с ним на всю жизнь.

**Надо делать**

1. Поощрять самостоятельность: разрешать играть с предметами и бытовыми приборами в том числе, если есть интерес. Но обязательно под присмотром и спрятав все опасное и хрупкое. Пусть ребёнок пробует сам одеваться, раздеваться. Он может делать это медленно, но запаситесь терпением. Самостоятельность надо поощрять, это поможет малышу во взрослой жизни.
2. Предлагать новые интересные занятия по возрасту: пальчиковые краски, музыкальные детские инструменты, игры с водой, игрушечная кухня, игры с тестом и другие игры, направленные на развитие тактильности и мелкой моторики.
3. Проговаривайте эмоции ребёнка: «Да, обидно, когда не дают то, что хочешь, тебе грустно, ты плачешь, тебе очень хочется поиграть с хрупкой вазой. Но давай лучше поиграем в этот замечательный конструктор, а я тебя угощу вкусным печеньем».
4. Перед тем как куда-то уйти, маме необходимо вдоволь пообщаться с малышом, чтобы он насытился вашим общением. Но надо быть готовыми к тому, что в этот период иногда придётся менять свои планы. Не волнуйтесь – это скоро пройдет.
5. Переключать внимание малыша: в этом возрасте, когда малыш хочет что-то запретное, можно быстро переключить его внимание на что-то более безопасное. Лучше это делать до того, как ребёнок уже заходится плачем.

**Не надо делать**

1. Не потакать капризам: необходимо быть последовательными в своих отказах. Если уж вы не разрешаете играть с папиными документами, то необходимо стоять на своём. Если малыш поймёт, что с помощью криков и  капризов можно добиться своего, то он будет использовать это. Обязательно проговаривайте эмоции. Спрашивайте свою кроху, почему возникло раздражение, почему он или она кричит и чего на самом деле хочет.
2. Не оставлять одного прокричаться. Доказано, что подобные методы, используемые с завидной регулярностью, негативным образом сказываются на психическом здоровье ребёнка в будущем. Будучи уже взрослым, он не сможет социализироваться и будет ощущать себя неуверенно в окружении.

Главное, что нужно помнить: кризис пройдёт, но после него появятся новые навыки и знания!