

Краевое казенное учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей
«Емельяновский детский дом»



пгт. Емельяново, 2018

Возрастные кризисы – особые периоды онтогенеза, характеризующиеся резкими психологическими изменениями. Возрастные кризисы это нормативные процессы, необходимые для нормального поступательного развития личности (Э. Эриксон). Возрастные кризисы могут возникать при переходе человека с одной возрастной ступени на другую, они связаны с системными качественными преобразованиями в сферах:

- социальной;
- деятельности;
- сознания.

Каждый кризис содержит позитивные и негативные компоненты: если кризис успешно разрешен, то наблюдается прогресс в личностном развитии, личностный рост; следствием неразрешенных кризисов становятся невротические состояния или неврозы личности.

Новообразования – психические и социальные изменения, которые впервые возникают на данной ступени развития ребенка, и определяют собой дальнейшее развитие ребенка на данном этапе.

Кризисы	
кризисы в детском возрасте	кризисы взрослых людей
Кризис новорожденности	Кризис 17-18 лет (юношеский кризис)
Кризис 1 года (раннее детство)	Кризис 30 лет (переход от молодости к зрелости)
Кризис 3 лет (дошкольное детство)	Кризис 40-45 лет (кризис середины жизни)
Кризис 7 лет (младший школьный возраст)	Кризис 55-60 лет (кризис предпенсионного и пенсионного возраста)
Кризис 13 лет (подростковый возраст)	

Критические периоды (лет)	Характеристика критических периодов			
	Особенность кризиса	Описание критического периода	Новообразования	Стратегия родителей
0	Потеря в весе после рождения	Период 0-2 месяца между внутриутробным развитием и внеутробным образом жизни. Ребенок наиболее незащищен в момент рождения, у него нет ни одного сформированного поведенческого акта, все складывается при жизни. Ведущий вид деятельности - непосредственное эмоциональное общение с взрослыми	1. <i>Комплекс оживления:</i> - общее моторное возбуждение при появлении взрослого; - возникновение инициативы общения (крик, плач для привлечения взрослого); - обильная вокализация при общении с матерью; - реакция улыбки 2. <i>Возникновение зрительного и слухового сосредоточения на объекте</i> 3. <i>Приобретение ребенком первоначального веса</i>	Уделять ребенку много внимания. Исключать конфликтные ситуации в семье при ребенке.
1	Социальная ситуация полной слитности ребенка и взрослого нарушается, появляются двое	Общий регресс деятельности ребенка: нарушение биоритмических процессов (сон-бодрствование), нарушение удовлетворения витальных потребностей (исчезает чувство голода), эмоциональные аномалии (угрюмость, плаксивость, обидчивость) Ведущий вид деятельности - непосредственное эмоциональное общение с взрослыми; предметная манипуляция	1. <i>Увеличение пространства вокруг ребенка, ребенок отделяет себя от взрослого.</i> 2. <i>Производит слова</i> (складывается структура речевого действия)	Неразрывное единство ребенка и взрослого («мы поели», «мы погуляли»). Пустышка и покачивание («все спокойно», «я здесь») - Дефицит общения отрицательно влияет на развитие ребенка, возникает синдром «госпитализма» (Р. Спитц, А. Фрейд). Его симптомы: страдает речевое и эмоциональное развитие, развитие познавательных функций. Отмечается очень высокий процент смертности,

				даже при хороших гигиенических условиях, уходе, питании.
3	Острый кризис социальных отношений, кризис выделения своего «я».	Негативизм – отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому (негативизм нельзя смешивать с непослушанием). Упрямство – ребенок настаивает на своем решении, требовании. Строптивость- близка к негативизму и упрямству, но имеет более генерализованный (общий) и безличный характер, то есть протест. Направлен против порядков, которые есть дома. Своеволие – стремление к свободе от взрослого, самостоятельные намерения. Обесценивание взрослых. Протест-бунт – частые ссоры с родителями. Стремление к деспотизму (особенно может быть в семье с единственным ребенком, может проявляться как ревность). Ведущий вид деятельности - игра	1. Зачатки самосознания 2. Развитие «Я-концепции» 3. Самооценка 4. Работа по усвоению языка	Дать возможность ребенку проявлять самостоятельность (например в игре). Нельзя проявлять вседозволенность и сверхзапреты (кризис может затянуться)ю - Если кризис протекает вяло, то это говорит о задержке в развитии эмоциональной и волевой сторон личности.
7	Кризис саморегуляции	Ребенок регулирует свое поведение правилами. Требуется внимания к себе. С одной стороны – демонстративная наивность, с другой – кажется излишне взрослым. Предъявляет к окружающим нормы. Не владеет своими чувствами. Базальная потребность – уважение к себе. Страхи (уроки, уколы, отношения). Тревога . Беспокойство. Могут не хотеть идти в школу и проявляются	1. Рефлексия – мыслительные процессы, направленные на осознание системы собственных действий и их оснований. 2. Совершенствование памяти (например, надо учить стихи). 3. Умственное развитие. Это период конкретных мыслительных операций. Формируется способность сосредотачиваться на нескольких признаках предмета сразу и	Должна быть система в воспитании ребенка: дружелюбно-настойчивая заинтересованность в его делах. Поощрение самостоятельности детей, следовательно: развитие интеллекта и инициативы. - Если излишне наказывать, то у

		симптомы: головная боль, головокружения, температура, «кошки» в желудке Ведущий вид деятельности - учение	соотносить их. 4. <i>Отношения со сверстниками</i> – наблюдается рост конформизма. 5. <i>Эмоциональное развитие</i>. Важен опыт, полученный вне дома.	детей может развиваться чувство вины.
13	Острый кризис социального развития (возраст «второй перерезки пуповины», «негативная фаза полового созревания»)	Падение успеваемости и работоспособности (даже в той области, в которой ребенок одарен). Негативизм: подросток враждебен, конфликтен, ссорится, нарушает дисциплину, внутреннее беспокойство, постоянное недовольство, стремление к одиночеству. Фобии, в основном социальные (застенчивость, недостатки внешности и поведения, нежелание общаться с некоторыми людьми, комплексы). Развито объективное творчество: конструирование, техническое, изобретение. Воображение яркое, часто связано с созданием любовного идеала (дневники, стихи, музыка). Фантазии по поводу планирования и предвосхищения своего будущего. Депрессии. Страхи. Тревожное состояние. Нарушение поведения. Ведущий вид деятельности - интимно-личное общение со сверстниками	1. <i>Формирование «Мы-концепции»</i> - общение идет по принципу важности своей компании («мы свои – они чужие»). 2. <i>Формирование референтных групп</i>. Сначала однополые, потом смешанные, далее создаются пары. Развивается подростковая субкультура, то есть особые ценности, мнения, язык, стиль одежды, хобби, музыка. 3. <i>Чувство взрослости. Выражается в аспектах:</i> - эмансипация от родителей – освобождение от родителей, уравнивание в правах; - новое отношение к учению – подросток равнодушен к отметкам, возрастает роль самообразования; иногда наблюдается противоречие: интеллектуальные возможности высокие, а успехи низкие; - романтические отношения со сверстниками другого пола: форма отношений усвоена от взрослых; - внешний облик и манера одеваться.	<i>Эмоциональное отвержение ребенка:</i> обычно скрыто, неприязнь к ребенку подавляется; но безразличие к внутреннему миру ребенка, маскирующееся с помощью сверхзаботы и контроля, интуитивно угадывается ребенком. <i>Эмоциональное потворство:</i> ребенок – «кумир семьи», ограждение от обидчиков; но так как исключительность ребенка признается только в семье, у него будут серьезные проблемы со сверстниками. <i>Авторитарный контроль:</i> запреты, скандалы, манипулирование ребенком. Воспитательного эффекта нет, ребенок подчиняется, так как не может сам принимать решения, что приводит в дальнейшем либо к асоциальным формам поведения, либо к низкой самооценке. <i>Потворствующее невмешательство взрослых в жизнь ребенка:</i> контроль ослаблен, взрослые руководствуются девизом «меньше хлопот»

				- Сами подростки считают оптимальным демократическую стратегию или адаптивную (в зависимости от ситуации).
17-18	Кризис саморегуляции	Может быть философская интоксикация сознания, то есть сомнения, раздумья; ценностный релятивизм. Проблема выбора жизненных ценностей. Формирование внутренней позиции по отношению к себе, другим людям, моральным ценностям. Обособление и отчуждение от семьи. Легкоранимость. Ведущий вид деятельности - учебно-профессиональная деятельность	<i>1. Становление самосознания, устойчивого образа «Я».</i> <i>2. Развитие мировоззрения: выбор жизненного пути, профорентация.</i> <i>3. Формирование индивидуального стиля умственной деятельности.</i> <i>4. Развитие высших чувств: чувства долга, сопереживания, любви.</i> <i>5. Отношения: со сверстниками – переориентация на старших ровесников; с взрослыми - «мы и взрослые»</i>	Подкрепление – поощрение верного поведения ребенка. Идентификация – ребенок подражает родителям. Понимание – чутко откликаясь на проблемы ребенка, родители формируют самосознание (может быть эффект обратный: мать – неумеха, а дочь хорошая хозяйка). - Если жестко ограничивать свободу ребенка, появляется тяга к самостоятельности. Избыток эмоционального тепла вреден, так как затрудняет развитие внутренней автономии, возрастает зависимость от уюта родительского гнезда.

Кризис 30 лет

Суть: расхождение между тем, что имею и тем, что хочу.

- Наблюдается снижение всех параметров профессионального развития. Низкая удовлетворенность профессиональной деятельностью и возможностью своего профессионального развития.
- Ухудшаются социально-психологические показатели: неадекватность межличностного общения, неудовлетворенность самоконтролем и поддержкой со стороны коллег, негативное оценивание организации и условий труда.
- Переоценка личностных достижений.
- Возрастают показатели эмоционального истощения.

Выход из кризиса: личностная перестройка, смена образа жизни.

Иллюзорные пути выхода из кризиса: распад ранних браков, смена профессии.

Кризис 40-45 лет

Суть: переоценка целей и притязаний.

- Появляются вопросы о смысле жизни, о достигнутом. То есть, расхождение между мечтами молодости и действительностью. Если оценка негативна, то человек начинает мрачно смотреть на жизнь и считать, что «уже поздно что-либо менять» и «уже не успеть».
- Убывание физических сил и привлекательности.
- Социализация – принятие других людей как личностей, как потенциальных друзей

Выход из кризиса: если человек будет «зацикливаться» на себе, то со временем его начнут одолевать болезни и разовьется новый кризис. Замечено, кризису середины жизни подвержены люди, склонные избегать самоанализа, не замечающие перемен в жизни и в организме, использующие механизм отрицания. У людей, успешно преодолевших кризис, отодвигаются повседневные проблемы, расширяются горизонты. Неразрешенность кризисных переживаний возвращает кризис с новой силой к 50 годам.

Кризис 55-60 лет

Суть: сомнения в правильности прожитой жизни.

- осознание утраты молодости, смена иерархии мотивов, снижение уровня физических возможностей, возможны личностные сдвиги (плохое настроение, минимум эмоций, словесная скупость, негативное самовыражение в кругу семьи)
- Выход на пенсию, это в большинстве случаев окончание профессиональной карьеры.
- Переживание феномена «опустевшего гнезда» в связи с уходом детей из родительского гнезда.

Выход из кризиса: не отстраняться от общения, не терять друзей, поддерживать связь с родственниками. Не замыкаться в своих переживаниях и мыслях. Советуйтесь, обсуждайте, делитесь. Берегите хорошее, найдите способ поднять настроение (любимое дело, музыка, ароматы, домашние животные). Умейте благодарно принимать и дарить заботу и помощь.

Список использованной литературы

1. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы, М.: Тривола, 1996 .
2. Орлова С.Н. Курс лекций «Психология развития и возрастная психология», Красноярск: СибГТУ, 2015.