

Kryzysy rozwojowe dziecka

Kryzysy rozwojowe są naturalnym etapem w rozwoju dziecka. Związane są z potrzebą adaptacji do nowych wyzwań i zadań, właściwych dla danego wieku. Są one niezbędne, aby dziecko mogło się prawidłowo rozwijać. Dają mu szansę na uzyskanie realistycznego postrzegania samego siebie, jak i świata zewnętrznego.

W sytuacjach kryzysowych właśnie bardzo istotne jest bycie dostępnym emocjonalnie i fizycznie dla dziecka, oraz bycie otwartym na skorzystanie z pomocy specjalistów. Dzięki uważności rodziców, zrozumieniu, udzieleniu odpowiedniej pomocy oraz okazaniu bezwarunkowej miłości, dziecko będzie miało szansę na zdrowy rozwój emocjonalny i społeczny.

W wieku przedszkolnym dziecko doświadcza pięciu kryzysów rozwojowych. Średnio co pół roku widać wpływ takiego kryzysu na dziecko. To w tych momentach często słyszy się, że nasz spokojny "aniołek" zamienił się w "diabełka".

- **kryzys w wieku 2 - 2,5 lat**

Nazywany jest często "buntem dwulatka". Jest to bardzo burzliwy okres w życiu większości dwuipółlatków - targają nimi przeciwstawne potrzeby, emocje i pragnienia. Maluch chce sam o sobie decydować, dlatego głównymi zasadami są: "ja chcę sam" oraz "wszystko na przekór rodzicom". Jest to bardzo ważny etap, na którym warto wesprzeć maluszka w zdobywaniu przez niego większej niezależności, ale w rozsądnych dla niego granicach i dbając o jego bezpieczeństwo.

Trzylatek staje się uroczym i wdzięcznym towarzyszem zabaw i rodzinnego życia. Z reguły radośnie otwiera się na to, co proponują mu rodzice, a największą radością są dla niego zagadki i tajemnice. Nie ustaje w pytaniu "dlaczego" i "po co", nieustannie eksploruje świat, z reguły bardzo dobrze radzi sobie w sposobie komunikowania się i samodzielnego załatwiania potrzeb fizjologicznych.

Ludzie stają się dla trzylatka ważniejsi, niż byli wcześniej. Już nie tylko przyjmuje uczucia i zaangażowanie bliskich mu osób, ale potrafi je z wdzięcznością oddawać, wyznając rodzicom miłość i przywiązanie. Potrafi zrezygnować z własnych pomysłów na rzecz tego, co zaproponuje mu mama czy tata. Potrafi dzielić się zabawkami, nie tylko dlatego, że przyniesie mu to korzyść, ale po to, by sprawić komuś przyjemność. W przedszkolu nawiązuje pierwsze przyjaźnie i sympatie.

- **kryzys w wieku 3,5 roku**

Okres harmonijnego rozwoju gwałtownie się załamuje i dziecko przechodzi kolejny kryzys. Pogarsza się jego koordynacja. Nagle może zacząć wykazywać

niechęć do rysowania. Możemy mieć wrażenie, że dziecko przestaje nas słyszeć i wolniej reaguje. Mogą mu się zdarzyć potknięcia na prostej drodze. To czas, kiedy dzieci spotyka więcej wypadków na placu zabaw, niż jeszcze kilka miesięcy wcześniej. Dzieci w tym wieku bywają bardzo zazdrosne, rywalizują o względy rodziców z rodzeństwem i o ulubionego kolegę z grupą innych dzieci. Mogą popadać w skrajne emocje. Mogą na przykład nagle przestać akceptować codzienny pobyt w przedszkolu. Jednak świadomość faktu, że są to przemijające trudności wynikające ze specyfiki tego wieku - pomoże to rodzicom zrozumieć dziecko.

- **kryzys w wieku 4 - 4,5 lat**

Wiek czterech lat to wiek ogromnej potrzeby ruchu i nowych doznań. Czterolatki to dzieci trudne do opanowania, muszą się cały czas ruszać, nieustannie potrzebują stymulacji - skaczą, biegają, śpiewają - ma się wrażenie, że wypełniają sobą każdą wolną przestrzeń. Bardzo często ta ruchowa żywiołowość wiąże się z niesfornością w stosunku do rodziców/opiekunów. Mogą zdarzyć się też przekleństwa, jak również wykrzykiwanie rodzicom, że są okropni, a chwilę potem - okazywanie miłości i oddania. Czterolatki to prawdziwe żywioły, dlatego potrzebują stanowczości i jasnego podkreślenia granic - nawet jeśli będzie się to wiązało z ich gwałtownym sprzeciwem.

W tym okresie mogą zdarzać się problemy ze snem oraz niechęć do zasypiania w samotności, to jednak przejściowe trudności. Dzieci w tym wieku bywają też bardziej płaczliwe - potrafią rozplakać się z czegoś, co nam wydaje się błahe - nie okazujemy jednak lekceważenia gdyż dla dziecka w tym okresie powód płaczu jest na pewno bardzo istotny.

W tym wieku dzieci zaczynają reagować na stres poprzez somatyzację - narzekają na ból brzucha, mogą w chwilach napięcia wymiotować oraz odczuwać ból głowy.

Po tym okresie - **około piątych urodzin** - następuje moment, w którym dzieci nieco się uspokajają. **Rozwijają wówczas bardzo swoją wyobraźnię** - trudno jest im odróżnić rzeczywistość od wyobrażeń. Czasami dziecko w tym wieku wymyśla sobie przyjaciela, którego powinniśmy uszanować, nie obawiając się o to, że skłonimy w ten sposób dzieci do kłamstw. Takiego wymyślonego przyjaciela nie można też wyśmiewać - to zupełnie naturalny etap w rozwoju dziecka.

W tym wieku **poprawiają się zdolności motoryczne dzieci** - co przekłada się na większą dokładność rysunków oraz prac plastycznych - dzieci zaczynają czerpać z tego rodzaju zajęć prawdziwą przyjemność.

W tym okresie **dzieci boją się już innych rzeczy** - nie są tak bardzo przerażone ciemnością czy głośnymi dźwiękami, ale sytuacjami społecznymi - na przykład, że rodzice mogą nie wrócić, kiedy gdzieś wychodzą.

Dzieci w tym wieku bardzo silnie okazują miłość swoim rodzicom i z wielką przyjemnością wypełniają polecenia, **radość sprawia im wykonywanie drobnych prac domowych** - to świetna okazja do wprowadzenia stałych obowiązków, jak na przykład układanie książeczek czy mycie swojego stolika.

- **kryzys w wieku 5,5 - 6 lat**

Sześciolatek może być w swoim zachowaniu podobny do negatywnie nastawionego do wszystkiego dwuipółletniego malucha. Jego automatyczną reakcją jest sprzeciw - często kłóci się z rodzicami. Dobrym sposobem jest w tym momencie zachęcać dziecko do podejmowania wyzwań - na przykład - "Zobaczmy czy uda ci się ubrać zanim policzę do 30" itp.

Dzieci w tym wieku mają ogromną potrzebę sprawdzania siebie oraz rzucania sobie wyzwań, jednocześnie bardzo źle znoszą porażki. Stąd pojawia się złość i frustracja. Podsuwajmy dziecku propozycje zajęć, obserwując jego umiejętności. Jeśli dobrze rysuje, uwielbia układać puzzle czy tworzy konstrukcje przestrzenne - podążajmy w tym kierunku. Jeśli woli zajęcia ruchowe i sport - podążajmy za nim. Odnoszenie sukcesów w dziedzinie, w której dziecko się sprawdza, wzmocni jego poczucie wartości oraz zmotywuje do kolejnych wyzwań.

Znajomość trudnych okresów w wieku przedszkolnym bardzo pomaga w zrozumieniu dziecka. Ataki złości, płaczliwość, chwilowe problemy z zasypianiem są dla większości dzieci trudnym, ale przejściowym okresem w rozwoju.

Bardzo pomocne jest intuicyjne wsłuchiwanie się w potrzeby dziecka, a w razie wątpliwości - rozmowy ze specjalistami - np. psychologiem dziecięcym.