

Кризис инициативы. Как быть родителям?



Кризис инициативы у детей в возрасте 4-5 лет – это период, когда ребенок начинает проявлять большую самостоятельность и хочет принимать решения самостоятельно. Он может стать более упрямым, эмоциональным и начнет проявлять свою собственную волю. В этот период родителям важно найти правильный баланс между поддержкой и контролем, чтобы помочь ребенку преодолеть этот кризис и развить его личностные качества. Несколько советов для родителей, как помочь ребенку пережить кризис инициативы 4-5 лет:

✓ **Поддерживайте ребенка в его инициативах и интересах.** Поощряйте его самостоятельность и помогайте ему осуществлять свои идеи и желания. Это поможет ребенку развивать свою личность и самооценку. Например, если у ребенка есть какое-то хобби или увлечение, покажите свой интерес и поддержите его в этом; если он увлекается рисованием, похвалите его творчество, поищите книги или видеоуроки по этой теме, а также предложите посетить мастер-класс или кружок по рисованию; если он хочет организовать представление для семьи, помогите подготовить декорации, костюмы и сценарий, а также похвалите его за старания; если он занимается спортом, поиграйте с ним вместе во дворе или поддержите его на соревнованиях. Возможно, ваш ребенок еще не нашел свое истинное увлечение. Поэтому поощрите его попробовать различные виды деятельности и помогите найти то, что ему действительно нравится.

✓ **Создавайте условия для самостоятельности.** Дайте ребенку возможность принимать решения и делать выборы. Позвольте ему самому выбирать, что он будет кушать, что надеть или как провести время. Например, ребенок хочет сам выбирать, что ему надеть. Предложите ему

несколько вариантов одежды и дайте возможность выбрать то, что ему больше нравится. Ребенок хочет делать что-то самостоятельно, но не получается. Помогите ему разобраться в ситуации, дайте советы и поддержку, но не делайте за него.

✓ **Обучайте ребенка решению проблем.** Помогайте ему развивать навыки решения задач и находить способы преодоления препятствий. Вот несколько примеров:

- *Обучение анализу проблемы.* Помогите ребенку понять, как правильно определить проблему и выделить основные ее аспекты. Можно использовать такие вопросы, как "Что именно не устраивает тебя?", "Почему это произошло?" и т.д.
- *Обучение поиску вариантов решения.* Предложите ребенку придумать несколько вариантов решения проблемы. Можно использовать игровые ситуации или сказки, где персонажи сталкиваются с проблемами и находят разные способы их решения.
- *Обучение принятию решения.* Учите ребенка анализировать варианты, взвешивать их плюсы и минусы, и принимать окончательное решение. Поддерживайте его выбор и объясните, почему он важен.
- *Обучение действию.* Помогите ребенку действовать по выбранному плану. Поддерживайте его и направляйте, но при этом дайте возможность ему самостоятельно действовать и искать решения.

Пример ситуации: Представьте, что ребенок жалуется, что его игрушка сломалась. Вы можете использовать эту ситуацию для обучения ребенка решению проблем. Поддержите его, когда он расскажет вам о проблеме, помогите проанализировать причину поломки (например, игрушка упала на пол) и попросите придумать несколько способов исправить ситуацию (например, попытаться починить игрушку самостоятельно, попросить взрослого помочь или придумать новую игру с другой игрушкой). Затем помогите ребенку выбрать наиболее подходящий способ и поддержите его в выполнении плана действий.

✓ **Уважайте его мнение.** Слушайте мнение ребенка и уважайте его точку зрения. Помогайте ему высказывать свои мысли и чувства без страха быть осужденным или проигнорированным. Для этого можно использовать простые выражения:

- "Я тебя слушаю" - это простое выражение показывает ребенку, что вы внимательно выслушиваете его разговор.
- "Пожалуйста, расскажи мне больше" - это выражение позволяет ребенку продолжать свой разговор и раскрыть более подробно свои мысли и чувства.

- *"Я понимаю, что тебе неприятно" или "Мне жаль, что у тебя такое чувство"* - эти фразы показывают, что вы сочувствуете и понимаете чувства ребенка.
- *"Как ты думаешь, что мы можем сделать в этой ситуации?"* - это вопрос, который позволит ребенку почувствовать себя важным и включенным в процесс поиска решения проблемы.
- *"Спасибо за то, что рассказал(а) мне о своих чувствах"* - это выражение показывает ребенку, что вы цените его откровенность и открытость.

Используйте эти выражения не только словами, но и через свою невербальную коммуникацию: поддерживайте контакт глазами, кивайте головой, улыбайтесь. Такое активное слушание помогает создать доверительные отношения с ребенком и обучает их важному навыку выражения своих мыслей и чувств.

✓ **Помогайте ему развивать социальные навыки.** Учите ребенка уважать других и быть доброжелательным. Помогайте ему развивать навыки общения и сотрудничества с другими детьми. Как это сделать?

- *Организуите игровые ситуации*, где ребенок может взаимодействовать с другими детьми и учиться коммуникации, совместной игре и уважению других. Можно организовать игры в команде, ролевые игры, творческие проекты и прочее.
- *Поощряйте участие в общественных мероприятиях*, проводимых в детском саду, спортивных или художественных кружках, которые посещает ваш ребенок. Это поможет ребенку развивать навыки работы в группе, сотрудничества и работы над общими целями.
- *Работайте над развитием навыков общения.* Учите ребенка слушать внимательно, задавать вопросы, высказывать свои мысли и чувства четко и уважительно, а также решать конфликты мирным путем.
- *Создавайте семейные традиции*, где ребенок может участвовать и вносить свой вклад: семейные игры, общие праздники, семейные поездки и т.д. Это поможет им чувствовать себя частью сообщества и развивать чувство принадлежности.
- *Не забывайте моделировать правильное и здоровое общение с другими.* Важно показывать уважение, терпимость, понимание и доброту в своих отношениях с окружающими. Ваше поведение является примером для ребенка.

Самое главное в период кризиса инициативы – это поддерживать ребенка, уважать его самостоятельность и помогать ему развиваться как личность. Слушайте его, поддерживайте его и учите его решению проблем – и ваш

ребенок преодолет этот период с минимальными стрессами и развитие будет продолжаться в правильном направлении.