

### **Лекція 3. Загальні закономірності росту і розвитку дітей і підлітків.**

- 1. Поняття росту і розвитку дитячого організму.**
- 2. Вікова періодизація за біологічними та соціальними ознаками.**
- 3. Головні риси розвитку дітей та підлітків у шкільному періоді.**
- 4. Критичні періоди розвитку дітей та підлітків.**

#### **1. Поняття росту і розвитку дитячого організму.**

Вивчення і розуміння процесів росту та розвитку дитини дає змогу планувати освітній ріст та розвиток, керувати процесом виховання дітей як батьками, так і педагогічними та науково-педагогічними працівниками. Цей процес є ефективнішим, якщо учителі чи батьки усвідомлюють, як діти ростуть і систематично розвиваються з моменту зачаття. Етапи росту та розвитку дитини є мінливими, тому немовлята та діти проходячи через серію етапів росту можуть зіткнутися з типовими фізичними чи емоційними проблемами і в таких випадках потрібні відповідні знання та допомога.

Отже, життя людини починається з однієї заплідненої клітини. Ця клітина постійно взаємодіє з середовищем, яке є в утробі матері, а після народження – із зовнішнім світом. Така взаємодія веде до росту та розвитку дитини.

Збільшення органу або кінцівки дитини в розмірах і вазі є *ростом*. Отже, *ріст* – це збільшення розмірів організму людини або окремих його частин і органів унаслідок збільшення кількості клітин шляхом поділу, їхнього лінійного розтягування та внутрішньої диференціації.

*Розвиток* – це якісні зміни, що приводять до формування людського організму або його різних частин і органів. Розвиток у широкому розумінні – це процес кількісних і якісних змін, що відбуваються в організмі людини, і які призводять до підвищення рівнів складності організації і взаємодії усіх його систем.

Підсумовуючи можна зазначити, що у контексті дитячого розвитку ріст визначається як незворотне постійне збільшення розміру, а розвиток – це зростання психомоторних можливостей.

Ріст і розвиток дитини включає біологічні, психологічні та емоційні зміни, що відбуваються від народження до завершення підліткового віку. Усі діти пройдуть через ці етапи, але вони можуть проходити через них не так само, як інші діти. Важливо пам'ятати, що всі діти унікальні.

Отже, діти ростуть і розвиваються у своєму власному темпі. Серед дітей існує широкий діапазон здорових форм і розмірів. Генетика, стать, харчування, фізична активність, проблеми зі здоров'ям, навколишнє середовище та гормони відіграють важливу роль у зрості та вазі, фізичному і психічному розвитку дитини, і багато з них можуть сильно відрізнятися від сім'ї до сім'ї. Ці фактори, які впливають на індивідуальний розвиток (онтогенез), умовно розділяють на спадкові (ендогенні) та фактори середовища (екзогенні, або фактори зовнішнього середовища, в основному, соціально-економічні). Розмежувати їх досить важко, тому що вони взаємодіють у єдиному комплексі.

На ріст і розвиток позитивно впливають такі чинники, як здоров'я батьків і генетичний склад, *ще до зачаття*.

*Генетичні чинники* відіграють головну роль у рості та розвитку. Генетичні чинники, що впливають на зріст, є значними, зокрема, в підлітковому віці. Велике дослідження 7755 голландських пар близнюків вказує, що генетичні чинники переважно пояснюють кореляції за віком для росту та індексу маси тіла.

*Здоров'я плоду* відіграє важливу роль у процесах росту та розвитку. Будь-який подразник або вплив під час внутрішньоутробного розвитку спричиняє адаптацію розвитку, який веде до постійних змін в подальшому житті.

Після народження *чинники середовища* можуть як сприятливо, так і згубно впливати на ріст і розвиток дитини.

*Соціо-економічні чинники.* Діти вищих соціально-економічних класів є вищі ростом, ніж діти того ж віку і статі у нижчих соціально-економічних групах. Урбанізація позитивно впливає на зростання. Тенденція у світському суспільстві полягає у збільшенні росту і швидшому дорослішанні, ніж було характерно для попереднього покоління. Така світська тенденція помітна в розвинених країнах, таких як країни Північної Америки.

*Характеристики сім'ї:* вищий рівень освіти сім'ї позитивно впливає на ріст і розвиток дітей. Неадекватна емоційна підтримка та неадекватні стимули до розвитку, включаючи навчання мові, можуть спричинити погіршення росту та розвитку.

*Навколишнє середовище, створене людиною,* значно впливає на ріст і розвиток людини. Деякі поточні дослідження довели негативний вплив забруднюючих речовин на процес статевого дозрівання, ожиріння та функції щитовидної залози. Надмірний вплив свинцю в період розвитку плода значною мірою пов'язаний з низькою вагою при народженні. Шумове забруднення від транспорту також впливає на зниження внутрішньоутробного росту.

*Харчування.* Недоїдання згубно впливає на ріст та розвиток, зокрема, впливає дефіцит мікроелементів. Наприклад, дефіцит заліза зазвичай впливає на психомоторний розвиток і не впливає на ріст. Дефіцит цинку може спричинити затримку росту та розвитку. Значну роль відіграють також селен, йод, марганець, мідь.

Затримка росту або швидке збільшення ваги в ранньому дитинстві впливає на здоров'я в пізній період життя. Дієта в ранньому дитинстві має сильний зв'язок з ймовірністю ожиріння в подальшому житті. «Гіпотеза раннього білка» показує, що зниження надходження білка в дитинстві допомагає досягти нормального росту та зменшити ожиріння в ранньому дитинстві.

*Генетичні фактори та фактори навколишнього середовища* впливають на ріст і розвиток складним взаємопов'язаним чином. Генетичні та екологічні фактори ризику не виключають один одного. Пластичність — це потенціал певного генотипу виявляти різноманітні фенотипи у відповідь на різноманітні чинники середовища. Пластичність розвитку може відбуватися від ембріональної стадії до підліткового віку і може передаватися наступному поколінню.

*Роль досвіду в ранньому дитинстві:* несприятливий досвід у ранньому дитинстві може перешкоджати розвитку. Глибока зневага в ранньому дитинстві може зашкодити розвитку. Діти, усиновлені до шестимісячного віку, мають

подібний розвиток у порівнянні з їхніми братами і сестрами, які не є усиновленими. Діти усиновлені після шести місяців, мають високий ризик дефіциту когнітивних функцій, поведінкових проблем, аутизму та гіперактивності. Раннє втручання у виховання дітей із несприятливим досвідом є запорукою здорового розвитку.

*Оцінювання росту.* Золотим стандартом для оцінювання росту дитини є антропометрія. Основними антропометричними показниками для віку до 2 років є маса тіла, довжина тіла, маса тіла відносно довжини та окружність голови. Основними показниками, які використовуються для дітей старших, ніж два роки, є маса тіла, зріст, індекс маси тіла (ІМТ) і окружність голови для вікової групи 2-3 років.

*Швидкість росту.* Швидкість росту різна на різних етапах життя. Крім того, різні тканини ростуть з різною швидкістю в межах одного етапу життя. Лімфоїдні тканини можуть перевищувати розміри такої тканини у дорослої людини у віці шести років. Дівчата вищі за хлопчиків у 12-14 років, але пізніше вони не виростуть вищими за своїх однолітків-хлопчиків. Швидкість росту найбільша в дитячому та підлітковому віці. До шести років окружність голови наближається до розміру дорослої людини. Викликає занепокоєння швидкість зростання в препубертатному періоді менше 4 см на рік. У період статевого дозрівання швидкість зростання становить 10-12 см на рік у хлопчиків і 8-10 см на рік у дівчаток. Швидкість збільшення ваги в препубертатному періоді менше 1 кг на рік викликає занепокоєння. Швидкість ваги найбільша в період статевого дозрівання, до 8 кг на рік.

Кожний етап розвитку має свої *досягнення*, які характеризують фізичні і розумові здібності (такі як здатність ходити, розмовляти і ін.). Ці досягнення вказують на завершення однієї фази розвитку і початок іншої.

Однак навіть серед дітей з траєкторіями розвитку у типових межах є значні відмінності в досягненнях. Деякі досягнення мають ширші межі, ніж інші. Наприклад, досягнення здатності до рецептивної мови не суттєво відрізняється у дітей з типовим слухом, але досягнення здатності до виразної мови суттєво відрізняється у різних дітей.

Також важливим є звертати увагу на такі проблеми, як затримка розвитку. Ця проблема включає в себе затримку у вікових на певному етапі розвитку. Профілактика затримки розвитку та раннє втручання є важливими питаннями у вивченні розвитку дитини. Затримка розвитку повинна діагностуватися на основі характерної мінливості досягнень, а не середнього віку їхнього набуття.

Індивідуальні відмінності у процесі росту і розвитку можуть варіювати в широких межах. Існування індивідуальних коливань процесів росту і розвитку стало основою для введення такого поняття, як *біологічний вік*, або вік розвитку (на відміну від паспортного віку).

## **2. Вікова періодизація за біологічними та соціальними ознаками.**

Одним з важливих аспектів вивчення росту і розвитку людини є періодизація росту та розвитку організму. Кожен віковий період, тобто відрізки часу онтогенезу, характеризується своїми специфічними особливостями організму – функціональними, біохімічними, морфологічними і психологічними. До них належать розмір тіла і його окремих органів, їхня маса, характер окостеніння скелету, прорізання зубів, розвиток ендокринних залоз, статевий розвиток, розвиток рухового апарату тощо.

В основу періодизації індивідуального розвитку покладено біологічні ознаки. Вікова періодизація за соціальними ознаками враховує загальні періоди навчання дитини.

Виділяють такі головні періоди за біологічними ознаками: 1-10 днів – новонароджений, 10 днів-1 рік – грудний вік, 1-3 роки – раннє дитинство, 4-7 років – перше дитинство, 8-11 років дівчатка і 8-12 років хлопчики – друге дитинство, відповідно 12-15 і 13-16 – підлітковий вік, 16-20 і 17-21 рік – юнацький вік, 22-35 роки жінки та чоловіки – 1-й період зрілого віку, 36-55 років жінки та 36-60 років чоловіки – 2-й період зрілого віку, 56-74 роки жінки та 61-74 роки чоловіки – похилий (літній) вік, 75-90 років – старечий вік, 90 років і старші – довгожителі.

Найінтенсивніший ріст спостерігається у перший рік життя, коли довжина тіла дитини збільшується приблизно на 23-25 см. На другому році життя темп росту уповільнюється, але залишається ще високим – 10-11 см за рік, на

третьому році 8 см. У період від 4 до 7 років ріст дитини збільшується на 5-7 см за рік. У молодшому шкільному віці спостерігається уповільнення темпу росту до 4-5 см на рік. Особливо відзначають період статевого дозрівання (так званий перехідний, або пубертатний період (від грецьк. пубертіс – оперення)), який має передпубертатний період 11-12 років, I фазу пубертата – хлопчики 13-15 років і дівчатка 11-13 років, II фазу пубертата – хлопчики 15-17 років і дівчатка 13-15. У цей період відбувається суттєва гормональна перебудова в організмі, розвиток вторинних статевих ознак, помітне погіршення умовно рефлекторної діяльності рухових навичок, збільшуються вегетативні зміни при навантаженнях, зростає втома. Помітним є пубертатний скачок росту. З 11-12 років у дівчаток і 13-14 років у хлопчиків до 16-17-и річного віку спостерігається значний приріст (до 7-10 см на рік). Крім того, ріст має і свої індивідуальні особливості. Найбільший приріст довжини тіла у дівчаток має місце між 11-12 роками, у хлопчиків найбільший приріст - між 13 і 14 роками.

Особливо велика швидкість росту довжини тіла у хлопчиків і як результат те, що у 13,5-14 років вони випереджають за довжиною тіла дівчат. Подібна закономірність спостерігається і в збільшенні ваги тіла. На 5-му місяці життя вона подвоюється, до року – збільшується у тричі, після двох років – уповільнюється. З 11-12 років у дівчаток темп росту маси тіла прискорюється, після 15 років хлопці випереджають дівчат за цими ж показниками і це випередження зберігається і надалі. Юнацький вік продовжується у юнаків - від 18 до 21 року, а у дівчат - від 17 до 20 років. У цей період в основному закінчується процес росту та формування організму і всі основні показники досягають дорослої людини. В юнацькому віці завершується формування статевої системи, дозрівання репродуктивної функції. Кінцево встановлюються овуляційні цикли у дівчат.

*У зв'язку з шкільним навчанням, тобто за соціальною ознакою, виділяють дошкільний вік – до 6-7 років, молодший (9-10 років), середній (до 14- 15 років) і старший шкільний вік (до 16-17 років).*

У міжнародній літературі також розрізняють вікову періодизацію за психосоціальним розвитком. Зокрема, Еріксон запропонував вісім стадій психосоціального розвитку.

1. Довіра та недовіра в дитинстві (< 1 року): у немовлят проявляється довіра завдяки доброзичливій поведінці з боку батьків чи опікунів.

2. Автономія та сумніви у віковій групі малюків (від 1 до 3 років): діти почуваються автономними, якщо батьки заохочують незалежність. Інакше вони будуть сумніватися в своїх силах.

3. Ініціатива і відчуття провини в дошкільному віці (від 3 до 6 років): завдяки творчій грі діти експериментують зі своїми амбіціями. Якщо батьки не заохочують їхню ініціативу, діти будуть відчувати провину.

4. Працьовитість і неповноцінність у молодшому шкільному віці: у школі діти вчаться працювати в групі. Вони будуть відчувати неповноцінність, якщо оточення однолітків буде вороже.

5. Плутанина ідентичності та ролей у підлітковому віці: самоідентичність є значним розвитком у підлітковому віці.

6. Інтимність і ізоляція в ранньому дорослому віці: ті, хто не може налагодити стосунки або інтимність, схильні до соціальної ізоляції.

7. Генеративність і застій у середньому дорослому віці: виховання дітей є найкращим прикладом для керівництва молодим поколінням.

8. Цілісність еґо і відчай у пізньому дорослому віці: люди, які не задоволені тим, що вони робили протягом свого життя, будуть у відчаї.

### **3. Головні риси розвитку дітей та підлітків у шкільному періоді.**

#### *Молодий шкільний вік*

Протягом періоду молодшого шкільного віку на якісно новому рівні реалізується потенціал розвитку дитини як активного суб'єкта, що пізнає оточуючий світ і самого себе, особистості, яка набуває власний досвід проживання, переживання, усвідомлення життєвих подій.

Основним новоутворенням, яке впливає на розвиток діалогічності у дитини молодшого шкільного є розвиток самосвідомості. Дитина починає розуміти, що вона є індивідуальністю, на яку діють різні соціальні фактори.

Вона повинна вчитися і в процесі навчання змінювати себе, присвоюючи знання, ідеї, які існують у суспільстві, систему соціальних очікувань щодо поведінки і ціннісних орієнтацій. Разом з тим молодший школяр переживає свою унікальність, прагне ствердити себе серед дорослих і ровесників. Таким чином дитина молодшого шкільного віку досить чуттєва до культурних, соціальних і ситуаційних впливів. Однак їй не властива така характеристика особистісного досвіду як діалогічність, оскільки вона ще не в змозі самотійно проінтерпретувати ні зміст соціальних впливів, ні події власного досвіду. Синтез нових смислів в даному віці найчастіше відбувається в діалозі з іншими людьми.

Під керівництвом дорослого дитина може виокремити основні події власного життя, але у неї немає достатнього досвіду для їхнього аналізу та інтерпретації. Також смисловий простір особистості у цьому віці досить обмежений, можна сказати, що у молодшому шкільному віці він лише починає формуватися, адже є лише невелика кількість інтерпретованих і осмислених дитиною подій, які знайшли своє відображення в її картині світу. Таким чином, прояв діалогічності у наративах молодших школярів характеризується: підвищеною чутливістю до соціокультурних і ситуаційних впливів; відсутністю у текстах різних смислових позицій, цитат, прихованих смислів; обмеженням героїв тексту автором і його найближчим оточенням. Можна говорити лише про "зародження" діалогічності у наративах молодших школярів.

Прояв самототожності як характеристики особистісного досвіду у молодших школярів обумовлюється особистісним розвитком дитини. Зокрема, у цьому віці розвивається особистісна рефлексія як здатність самотійно встановити межі своїх можливостей. Крім того, вона проявляється у можливості виокремити особливості власних дій і зробити їх предметом аналізу. Однак лише за допомогою дорослого дитина здатна проаналізувати, як події минулого впливають на її теперішній момент життя. В молодшому шкільному віці майбутнє у наративі або не описується, чи уявляється досить розмито, або досить часто змінюється. Дитина не усвідомлює себе автором свого життя. Серед цілей, які діти прагнуть досягнути у майбутньому найчастіше



зустрічаються: отримання вищої освіти, матеріальний достаток, професійна діяльність, створення сім'ї. Самототожність як характеристика особистісного досвіду, у дітей молодшого шкільного віку лише починає формуватися. Початок формування самототожності у дітей молодшого шкільного віку характеризується: здатністю за допомогою дорослого проаналізувати зв'язок між минулим і теперішнім; відсутністю широти часової перспективи і ретроспективи; обумовленням впливом дорослого планування майбутнього дитини.

### *Середній шкільний вік*

Середній шкільний вік описується психологами і педагогами як найскладніший етап розвитку організму та психіки дитини. Середній шкільний вік – це період переходу від дитинства до дорослості, усвідомлення себе як дорослої особи, переосмислення цінностей. Цей вік характеризується інтенсивним розвитком особистості. Поява почуття дорослості, як специфічного новоутворення самосвідомості, є структурним центром особистості підлітка, тією якістю, в якій відображається нова життєва позиція у ставленні до себе, людей і світу загалом. Саме воно визначає спрямованість і зміст активності учня середнього шкільного віку, його основні прагнення, бажання, переживання й ефективні реакції. Учні середнього шкільного віку відкриті для спілкування з людьми – однолітками й дорослими, а замкнутість зумовлена відчуттям, що їх не розуміють, переживанням несправедливості чи неповаги до себе. У цьому віці особливо яскраво виражена залежність від думки чи ставлення оточуючих. Підлітки намагаються демонструвати свої кращі риси, заслужити схвальні відгуки – особливо від тих, чия думка для них важлива. Підлітки схильні вибирати друзів, цінності яких подібні на їхні власні, тому цінності батьків та однолітків можуть значною мірою збігатися через спільність їхнього походження, соціально-економічних умов життя, релігії, освіти і навіть місцем проживання.

Серед цілей, яких підлітки прагнуть досягнути у майбутньому найчастіше зустрічаються: створення сім'ї (інколи з описом особистісних характеристик майбутнього чоловіка, бажаною кількістю дітей); отримання освіти (часто

називається кілька можливих професій); наявність друзів; хороша робота, а також стосунки між людьми (довіра, розуміння, повага, взаємодопомога). Підлітки починають виокремлювати життєві пріоритети. Однак у них немає аналізу того, як плани, цілі, мрії впливають на сьогоднішній момент, майбутнє у цьому віці ще занадто примарними і віддалене, але бачиться воно виключно успішним.

Вибудовування власної "Я-концепції" базується, радше на особистих, й частково сімейних історіях. Тому, у цьому віці зарано говорити про широту часової перспективи і ретроспективи особистісного простору, оскільки підлітки не усвідомлюють того, наскільки події минулого зумовлюють сьогоднішню поведінку людини й наскільки плани та мрії впливають на реальну поведінку у теперішньому.

Для середнього шкільного віку характерним є акцентування на проблемі нерозуміння дітей і дорослих та проблемі нерозуміння між однолітками. Центральне місце в описі теперішнього займає тема дружби, розкриття потреби у визнанні серед однолітків і максимальному відгороженні від впливу дорослого. Таким чином, можна говорити про "дозовану відкритість" соціуму. Зазвичай, приймається інформація лише від референтної групи однолітків чи дорослого, який користується авторитетом і довірою.

У підлітка з'являється своя позиція, яка відображена у бажанні, щоб дорослі ставилися до нього, як до рівного, однак водночас він потребує більше прав, ніж приймає на себе обов'язків та у запереченні будь-якого контролю з боку дорослого. Самооцінка підлітка ще достатньо суперечлива й не достатньо цілісна внаслідок чого виникає багато невмотивованих вчинків, суперечливих думок, необґрунтованих висновків.

### *Старший шкільний вік*

Віковий період психологічного розвитку учнів старших класів визначається як період ранньої молодості. Соціальна ситуація розвитку старшокласників породжує суперечність між ідентифікацією та індивідуалізацією особистості серед оточення. Учні прагнуть до незалежності, самостійності, захищають своє право на індивідуальність. Активізується

ціннісно-орієнтаційна діяльність, посилюється прагнення свідомо будувати свою поведінку відповідно до існуючих суспільних норм і вимог. Результатом взаємодії процесів індивідуалізації та ідентифікації є диференціація розумових здібностей та інтересів, розвиток інтегральних механізмів самосвідомості, вироблення світогляду, життєвої позиції. Провідною діяльністю для старшокласників виступає навчально-професійна діяльність. Центральним новоутворенням особистості у ранній юності є готовність старшокласників до життєвого самовизначення, осередком якого є професійний вибір. Юнацькому спілкуванню притаманні дві протилежні тенденції: розширення його сфери та зростаюча індивідуалізація.

#### **4. Критичні періоди розвитку дітей та підлітків.**

Суттєвий вплив, який має сенсорний досвід на формування структури та функції мозку значною мірою змінюється на різних етапах розвитку. Іншими словами, вроджена пластичність мозку динамічно змінюється протягом життя. Мозок проявляє максимальну пластичність у певні часові вікна під час розвитку, які називаються критичними періодами (КП). Мозок особливо пластичний на ранніх етапах розвитку, до того як багато ключових нейронних ланцюгів повністю сформовані. Ця властивість робить ранній досвід вирішальним, наприклад для розвитку мовних і музичних навичок, а тому оволодіння цими навичками в дорослому віці становить набагато більший виклик.

Отже, під час КП необхідним є сенсорний досвід для встановлення оптимальних коркових уявлень про навколишнє середовище. Після завершення КП низка функціональних і структурних елементів перешкоджає пасивному досвіду викликати значні пластичні зміни в мозку. Перехід від пластичного до більш фіксованого стану є важливим, оскільки він дозволяє послідовно закріплювати та зберігати нові та складніші перцептивні (чуттєві), моторні та когнітивні функції. Однак формування стабільних нейронних зв'язків може обмежити у майбутньому їхню зміну. Якщо сенсорний досвід є невідповідним або відсутнім протягом часу критичного періоду, це може сильно вплинути на сенсорні уявлення в дорослому віці, що призведе до квазі-постійних адаптацій,

які майже унеможливляють навчання певним навичкам або обробку певних стимулів у подальшому житті.

Отже, критичний період — це фіксований та вирішальний період на ранньому етапі розвитку організму, коли дитина може отримати навички, необхідні для виживання. Під час таких періодів формуються слухові і зорові навички, соціальні зв'язки та вивчення мов.

Кризи, що виникають із освоєнням нових важливих і переломних навичок, можуть супроводжуватися неприємною для батьків поведінкою. Криза може проходити спокійно та згладжено, а може бути бурхливою, з постійними капризами та істериками. Криза може початися пізніше, а може й раніше, але вона неминуча. Більше того, психологи вважають, що якщо дитина не має ознак вікової кризи, значить, вона не пройшла важливих для себе етапів розвитку, не освоїла якихось необхідних форм діяльності і як би «застрягла» на попередньому етапі. Без кризи немає розвитку, немає руху вперед.

### *КРИЗА ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ*

Криза першого року знаменує собою етап дорослішання. Її сутність виражається у прагненні дитини до першої самостійності обумовлена трьома головними моментами:

- опанування ходьбою, що ще більше (порівняно із сидінням чи повзанням) звільняє малюка від сторонньої допомоги, а також у його уявленні робить рівноправним із дорослим;
- автономна мова, що дозволяє дитині неусвідомлювано відчувати свою суб'єктність (здатність не лише сприймати зовнішній світ, а й впливати на нього практичною діяльністю);
- перші спроби утвердження власного «Я» у цій діяльності.

### *КРИЗА ТРЬОХ РОКІВ*

У віці від 1 до 3 років рух та мова є вирішальними здібностями. Мова є найкращим показником розвитку когнітивних функцій. Розвинена дрібна моторика є однією із навичок самодопомоги. Найважливішою стадією розвитку у цьому віці є самоідентичність. На цій стадії раннього дитинства діти навчаються навичкам самостійного існування, таким як поведінка під час

годування, привчання до туалету та самостійного одягання. Навички ставити запитання розвиваються саме в ранньому дитинстві.

У три роки дитина має уже власні бажання, що можуть не співпадати з бажаннями дорослих. Такі бажання стають стійкими та впевненими. Сильно зростає прагнення до самостійності і незалежності від дорослого.

Головні симптоми кризи 3 років:

1. Негативізм. Проявляється в прагненні робити всупереч проханням і вимогам старших.
2. Впертість (відмінна від наполегливості). Мотивом впертості є те, що дитина зв'язана своїм первинним рішенням.
3. Норовистість - головний симптом кризи цього віку. Дитина бунтує проти всього з чим мала справу раніше.
4. Свавілья. Дитина домагається робити самостійно те, що ще не вміє.

Всі описані симптоми свідчать про те, що криза 3-х років зумовлена тим, що дитина психологічно відділяється від близьких дорослих. У цей період діти починають використовувати займенник «Я». Власне «Я» може утверджуватися тільки відштовхуючись і протиставляючись іншому «Я» відмінному від власного.

### *КРИЗА 6-8 РОКІВ*

У 6-8 років дитина знову змінюється. Щоб піднятися на нову «сходишку» розвитку, дитині в першу чергу потрібно бути готовою до навчання в школі.

У психології є термін "шкільна зрілість", який говорить про те, що дитина повинна "дозріти", щоб успішно подолати кризу 6-8 років, витримати навантаження школи, зав'язати нові відносини з однолітками та вчителями, внести деякі зміни у відносини з батьками. Якщо рівень шкільної зрілості високий, криза 6-8 років пройде гладко. Але якщо дитина ще не готова до школи — будьте уважними, чуйними, підтримуйте та допоможіть їй впоратися з новими життєвими завданнями.

### *КРИЗА ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.*

Підлітковий вік характеризується статевим дозріванням, які відбуваються на два роки раніше у дівчат, ніж у чоловіків. Прийняття нового тіла та

відокремлення від дому, а також утвердження себе як незалежної дорослої людини в суспільстві є значними викликами в період статевого дозрівання.

На цій стадії у підлітків:

- росте скелет тіла,
- дозрівають внутрішні органи,
- збільшуються зовнішні розміри тіла,
- розвиваються вторинні статеві ознаки, зростає гормональна активність,
- з'являється сексуальна поведінка, виокремлюється статеву роль - уявлення про себе, установки і поведінка в соціальних ситуаціях, як індивіда чоловічої або жіночої статі,
- завершуються головні структурні та функціональні зміни у мозку,
- виникають труднощі з кровопостачанням мозку через запізнєння розвитку серця і легень, що спричиняє нестабільність у поведінці та активності дітей цього віку.

Передумовою кризи підліткового віку є руйнування старої структури особистості, внутрішнього світу, системи переживань дитини, що були сформовані до цього віку.

*Основними причинами кризи є наступні:*

1) дорослі не змінюють своєї поведінки у відповідь на появу в підлітків прагнень до нових форм взаємин із батьками та вчителями;

2) у поведінці з'являється пряме відображення статевого дозрівання.

*До симптомів кризи належать:*

1. Зниження продуктивності навчальної діяльності (а також спроможності нею займатися) навіть у тих сферах, де підліток обдарований (часто це зумовлюється переходом від конкретного до логічного мислення).

2. Негативізм. Підліток ніби відштовхується від оточуючих. Схильний до сварок, порушень дисципліни, у нього часто виникає внутрішнє занепокоєння, невдоволення, прагне самотності та самоізоляції.

Бурхливий розвиток та криза підліткового віку зумовлюють появу психологічних новоутворень, центральним з яких є самосвідомість. Іншим

новоутворенням є відчуття дорослості. Це проявляється не у вигляді наслідування (як було в дошкільному та молодшому шкільному дитинстві), а в приналежності до світу дорослих - постійному намаганні зайняти місце дорослого в системі реальних стосунків між людьми. Звичайно дорослість підлітків є суб'єктивною, проявляється вона в емансипації від батьків, новому ставленні до навчання, у романтичних стосунках з однолітками іншої статі, бажанні спілкуватися з друзями, у зовнішньому вигляді й манері одягатися.