Я работаю в детском саду в старшей группе и практически всем деткам в нашей группе уже исполнилось 5 лет. Я заметила что в группе между детками временами накаляется обстановка-мальчишки все чаще применяют не словесное, а физическое объяснение своей правоты в той или иной ситуации путём драк, пинаются и толкаются. Девчонки, впрочем, тоже не отстают, считая что физически гораздо быстрее можно доказать свою правоту и указать кто здесь главный. Все чаще слышны оскарбления не только в адрес одногруппников, но и под горячую руку так же попадают воспитатели и нянечка. Что с этим делать? В первую очередь нужно понять причину такого поведения. А причина проста-это новый этап взросления,называется он кризис 5 летнего возраста.Да-да и такой бывает.

Что такое кризис 5 лет?

Кризис 5 лет — это естественный этап взросления, когда ребенок стремится проявить независимость, исследовать мир и освоить новые социальные роли. Часто в этот период наблюдаются капризы, непослушание и смена настроения.

**Признаки кризиса:**

* Раздражительность и агрессия.
* Капризы и отказ слушаться.
* Богатая фантазия и появление страхов.
* Непостоянство в поведении и частая смена настроения.
* Нежелание подчиняться правилам.

**Простые советы родителям, как пережить кризис 5 лет у ребенка**

* Будьте спокойны. Реагируйте на детские истерики выдержано, показывая пример контроля эмоций.
* Разговаривайте. Спокойно обсудите чувства ребенка, помогите ему назвать свои переживания словами.
* Позвольте быть самостоятельным. Предоставьте ребенку небольшие поручения, соответствующие его возможностям, поддерживая развитие ответственности.
* Хвалите правильно. Отмечайте успехи и похвалите за попытку сделать что-то самостоятельно, даже если результат получился неидеальным.
* Активничайте. Регулярные активные игры и спорт позволяют ребенку выплеснуть накопившуюся энергию.
* Формулируйте четкие правила. Объясните ребенку ограничения простым языком, устанавливая ясные рамки поведения.
* Помогите развить эмоциональный интеллект. Учите ребенка распознавать и озвучивать свои чувства и эмоции.
* Обеспечьте стабильность. Постарайтесь поддерживать режим дня и привычные ритуалы, чтобы ребенок чувствовал уверенность.
* Налаживайте общение. Проводите достаточно времени с ребенком, уделяя внимание его интересам и чувствам.

Понимание и поддержка помогут ребенку успешно пройти сложный этап и приобрести важные жизненные навыки.