**«Кризис 7 лет — это хорошо!»**

1. О значении кризисов в жизни ребёнка.

Переходные этапы роста и становления ребенка сопровождаются кризисами весь период взросления. Возрастной кризис – это неотъемлемый этап развития личности.

В психологии известен ряд критических возрастов ребенка, каждый из которых имеет свои особенности и сроки, в том числе кризис 7-летнего возраста.

Ведущий советский психолог Л. С. Выготский писал, что «в кризисный период развитие принимает бурный, стремительный, иногда катастрофический характер».

Как понять, что ребёнок переживает кризис «7-летнего возраста»? Почему так происходит? Как вести себя маме и папе, чтобы помочь отпрыску? Как общаться с ребёнком в переходном периоде из дошкольного в младший школьный возраст? Чем полезен «кризис 7 лет» для личностного развития? Об этом Вы сможете узнать из нашей консультации.

**Возрастные особенности детей 6-7(8) лет**

Происходят изменения на физиологическом уровне, идет интенсивное созревание организма. 6–7 лет называют возрастом смены зубов и вытягивания тела. Быстро развивается кора больших полушарий, в частности, лобный отдел. Это является основой для формирования произвольности – умения планировать свои действия и прогнозировать их последствия. Ребенок начинает лучше понимать игры, в которых есть определенные правила.

Возрастает общая подвижность нервных процессов, особенно – процессов возбуждения. Поэтому 6–7-летние дети обычно непоседливы, подвижны и эмоционально нестабильны. Их настроение может резко меняться от слез до заливистого смеха в течение десяти минут. Также для детей этого возраста характерны слишком острые реакции: нередко в ответ на внешние события у них возникают страхи, агрессия, истерики.

**2.«Кризис семи лет» (понятие, сроки начала и окончания)**

До 7 лет ведущая роль в жизни малыша принадлежит игровой деятельности, к семи годам она сменяется учебной. «Кризис 7 лет»: проявляется в период смены окружения садика и школы.

**Когда начинается и сколько длится?**

Начало кризиса 7 лет связывают именно с приобретением дошкольником нового для него статуса «школьника», который влечет за собой полную смену привычного образа жизни: появление нового окружения, новых обязанностей, новых навыков. Длится такое явление возрастной психологии, как правило, несколько месяцев (его длительность зависит как от особенностей характера ребёнка, так и от поведения родителей) и имеет несколько определенных этапов:

1 этап - осознание ребенком того, что в скором времени он станет школьником, а значит, станет еще более взрослым и важным;

2 этап - овладение своими эмоциями, которые он начинает выражать нормальным языком, а не плачем и истериками;

3 этап - полное принятие нового статуса «школьника».

Важно воспринимать кризис 7 лет, как нормальный и закономерный процесс переходной адаптации ребенка к изменяющимся внешним факторам. Вы, как родители (законные представители, ребёнка со своей стороны можете повлиять, на длительность и остроту протекания «Кризиса 7 лет».

Таким образом, «Кризис 7 лет» – название возрастного кризиса, которым заканчивается дошкольный период и открывается новый этап развития ребенка - младший школьный возраст.

**Главная причина – смена деятельности.**

**Характерные поведенческие реакции детей 7 лет**

1. Пауза

Если раньше малыш реагировал на слова родителей достаточно быстро, то сейчас между просьбой взрослого и действиями ребенка появляется пауза. «Кризисное» чадо может оттягивать выполнение неприятных для него обязанностей или игнорировать их. Родители в этом случае злятся на то, что он «как будто не слышит» их. Как правило, пауза возникает только в ответ на привычные просьбы, которые раньше не вызывали возражения. Крайне редки случаи паузы в новых для ребенка ситуациях.

Смысл этого симптома – переосмысление «прошлой жизни», прежних правил и способа взаимодействия с родителями.

2. Спор

Ребенок открыто оспаривает требования и ограничения, которые ставят перед ним родители, либо говорит, что ему некогда их выполнять. В ответ на привычное «ложись спать» он начинает доказывать, что раз можно старшему брату сидеть допоздна, то и ему тоже. Ребенок начинает сравнивать права/обязанности свои и членов семьи и, когда обнаруживает, по его мнению, несправедливость (ему нужно одевать шапку, а папе нет, сразу вступает в спор.

Смысл этого симптома – познание содержания социальных ролей: что такое быть мамой, папой, сестрой, бабушкой, школьником, что при этом нужно делать.

3. Непослушание

Малыш отказывается от выполнения привычных требований и обязанностей. Он может быть молчаливым (игнорирование, конфликтным или демонстративным (когда ребенок не слушается, причем так, чтобы все обязательно это заметили). Например, девочка начинает громко петь песню, находясь в автобусе. В ответ на просьбу прекратить она повышает голос и победно допевает до конца.

4. Нарочито взрослое поведение

Ребенок пытается подражать взрослым. Как правило, это строится на копировании поведения родителей. Например, возвращаясь из школы, ребенок повторяет действия папы, вернувшегося с работы. Или отвечает: «У меня нет времени» на просьбу убрать свои игрушки. Ребенок в этом возрасте хочет быть взрослым, но еще не знает, что конкретно стоит за этим словом. Его привлекают внешние формы – кажущаяся независимость и свобода действий.

5. Упрямство

Он настаивает на своем, независимо от содержания вопроса. Ребенку важно именно отстоять свое мнение, а не получить то, на что он якобы претендовал. Зачастую после того, как родители «сдаются» и ребенку разрешается поиграть еще полчаса, он сам теряет интерес к игре и идет делать то, чего от него так долго добивались пятнадцать минут назад.

Смысл 4–6 симптомов – попытка примерить на себя новую роль взрослого, самостоятельно действующего человека.

Обострение реакции на критику

В этом возрасте малышу очень важно слышать похвалу продуктов своей деятельности. Нарисовав что-то, он обязательно принесет показать родителям. Появляется и способность внутренне оценивать себя, сверять свои достижения с идеалом. Например, если раньше ребенок рисовал «каляки» и говорил, что это ваша собака, то теперь он чаще отказывается ее рисовать со словами, что у него «не получится».

Смысл этого симптома – формирование самооценки

«Манерничание» и «кривляние»

В движениях и словах ребенка появляются какая-то искусственность, нарочитость. Он часто кривляется, строит из себя шута. У детей 6–7 лет появляется разделение между внутренним миром и внешним. Теперь в его поведении выражается не то, что он непосредственно думает, а то, как он хочет выглядеть. А поскольку действовать адекватно своему желанию быть взрослым он пока не умеет, то это выглядит манерно и натянуто.

Смысл этого симптома – осознание своего внутреннего и внешнего «Я», формирование социального стиля поведения.

Самостоятельные занятия

У ребенка появляется стремление к самостоятельным не игровым занятиям – рисованию, лепке, шитью, конструированию.

Смысл этого симптома – смена мотивов – от игровых к желанию создать что-то ценное.

**5. Причины кризиса.**

*1. Конфликт между потребностями и окружающей средой.*Ребенок 7-8 лет больше всего на свете хочет стать взрослым. К этому подталкивают его не только внутренние потребности, но и культурная среда. Большинству мальчиков и девочек старшие члены семьи внушают, что поход в первый класс означает взросление. Начав посещать школу, ребенок искренне надеется, что он стал самостоятельным и приобрел новую социальную позицию. По мнению ребёнка, устоявшиеся бытовые правила, которые действовали в «прошлой детской жизни», должны претерпеть изменения. В результате ребёнок начинает им сопротивляться - хочет сам решать, когда и куда ему идти, что надевать и так далее. Ребенок убежден, что имеет полное право вести себя как взрослый.

*2. Утрата ситуативности реакций и непосредственности.*Поведение детей становится более произвольным. Именно поэтому появляется кривляние, наигранность, манерничанье. Мальчик или девочка выбирает для себя роль и следует ее логике, при этом его позиция может абсолютно не соответствовать ситуации.

**6. Важные новообразования личности по завершении кризиса:**

Самое главное для этого периода – у ребенка формируется «внутренняя позиция школьника». Ребёнок становится психологически готовым к обучению. На первом этапе школа привлекает ребенка своими внешними атрибутами: форма, наличие тетрадей и учебников, возможность быть как «большие ребята», носить портфель. Второй этап наступает, когда ребенку становится интересным содержание учебной деятельности. Наконец, на третьем этапе (как правило, это происходит к 8 годам) у ребенка формируется уже настоящее самосознание школьника. Оно включает в себя ориентацию на учебу, получение знаний и хороших оценок, а также стремление к общению со школьными друзьями.

Второе важное новообразование кризиса семи лет – это развитие эмоциональной сферы. В этом возрасте у ребенка появляется способность озвучивать свои эмоции и эмоции окружающих, он начинает ориентироваться в собственных переживаниях. Это происходит как раз в результате утраты некоторой непосредственности и проникновения интеллектуального компонента между эмоцией и действием. Проще говоря, если раньше, расстроившись по какому-то поводу, ребенок просто разбрасывал игрушки, то теперь он способен сказать: «Я расстроен, потому что хочу еще поиграть, а не учить буквы!».

Ребенок учится связывать свои эмоции со смыслом ситуации. Раньше ребёнок занимался тем, что предлагал ему взрослый, то теперь, скорее, будет делать то, что дает ему позитивные переживания, в чем он достигает успеха.

Для родителей в этот период важно не «спугнуть» возможные увлечения ребенка случайным пренебрежительным комментарием или негативной оценкой. Это возраст, в котором могут сформироваться не только жизненные хобби и даже расположенность к определенной профессии, но и комплексы по поводу какой-либо деятельности.

Третье новообразование – приобретение новой социальной позиции. Кризис семи лет также называют периодом рождения социального «Я» ребенка. Весь дошкольный период дети слышат от родителей, что когда-нибудь они пойдут в школу и вот тогда станут взрослыми. Как правило, ребенок с нетерпением ждет этого момента, дабы наконец вступить в ряды «больших».

Таким образом, важными позитивными приобретениями, которые ребенок приобретает по завершению кризиса 7 лет: возросшая самостоятельность, интерес к школе и к занятиям, появление новых увлечений.

**7. Как родителям общаться с ребёнком в период кризисного периода?**

У ребенка меняются образ жизни, самоощущение, поведение, родителям необходимо поменять привычные способы взаимодействия с ним. Это очень важно, так как, если родители по каким-то причинам продолжают общаться с ребёнком так же, как с дошкольником, то может замедлиться развитие его социальных навыков.

· Установите четкий режим дня. Чтобы облегчить ребенку переход к школьной жизни, а вам – подъем его по утрам, примерно за полгода до начала учебы приучите ребенка пораньше ложиться и вставать.

· Найдите возможность познакомить его с учительницей, со зданием школы. Детям всегда проще воспринимать что-то уже знакомое. Если он пойдет в первый класс, зная, где находится классный кабинет, как зовут учителя и что вообще представляет собой школа, то с первого дня будет чувствовать себя увереннее.

· Обговорите с ребенком его новые права и обязанности. В период непослушания, когда ребенок отвергает старые требования, необходимо четко обозначить границы его возможностей. В семье обязательно должны быть правила, и, несмотря на выраженный негативизм, детям они тоже нужны, т. к. создают понятное для них жизненное пространство со своими законами. Объясните ребенку, в чем суть «взрослости», какие обязанности есть у родителей, в чем каждый из них независим, а в чем зависит от других. Преподнесите ребёнку требования как расширение его полномочий. Например, раньше вы не просили его мыть за собой тарелку, так как он мог случайно разбить ее, то теперь ребенок уже взрослее, поэтому ему можно это доверить. Нужно создать у первоклассника ощущение, что ответственность, которая на него возлагается, – это проявление доверия и надежды на его помощь, а не стремление его нагрузить и заставить что-то делать. Постепенно расширяйте зону ответственности ребенка за его личные дела.

· Давайте ребенку «разумную» свободу. Некоторые правила должны быть закреплены (например, поддержание порядка в его комнате). Способ же их выполнения и время могут оставаться за ребенком. Не вмешивайтесь в то, что делает ребенок, если он сам не просит помощи. Тем самым вы как бы говорите ему: «Я тебе доверяю, я думаю, что ты справишься».

· Дайте ребенку видеть последствия своих поступков. Не нужно стараться предотвратить негативные результаты действий или бездействия ребенка. Например, если ребенок отказывается делать домашнее задание без уважительных причин, то позвольте ему получить «двойку» или порицание учителя. Только так он сможет понять, что сам ответственен за них.

· Учитесь, играя. Включайте элемент игры в выполнение новых обязанностей. Все-таки семилетка только готовится быть школьником, и ему сложно сразу переключиться на взрослый режим. Пусть он научит читать свои игрушки, объяснит папе, как правильно писать буквы (папа наверняка уже забыл это, поможет вам посчитать сдачу в магазине. Ребенок должен постоянно видеть, что его дела кому-то нужны. Это будет стимулировать его лучше, чем любые уговоры.

**8. Как поддержать своего ребёнка в период кризиса 7 лет.**

Рекомендации для родителей.

1. Все негативные симптомы кризиса 7 лет у ребенка связаны с внутренним протестом относительно возрастающих требований дома и в школе. Слишком много в одночасье переходит в категорию «нужно делать», а у ребенка сразу же появляется бесконечное «не хочу – не буду».

Корректно завуалируйте ваши «должен» так, чтоб ребенку самому захотелось это выполнить. Расскажите поучительную историю, где авторитетный для него герой показывает ему пример такого поведения.

2. В кризисные 7 лет ребенок уже может принимать решения, основываясь на личном опыте. В период очередного отказа не насилуйте его своим авторитетом – напомните как ему было холодно, когда он недостаточно хорошо оделся или как болел животик в прошлый раз от такого количества сладкого.

3. Давайте ребенку возможность спорить с вами. Если в кризис 7 лет у него имеется свое мнение, пусть аргументирует его. В таком случае он научится безосновательно не требовать чего-либо, а вы научитесь слышать и считаться с его мнением.

4. На переходном этапе кризиса 7 лет рекомендуется сразу не переключать ребенка с игрушек на книги и письмо. Вводите школьные предметы постепенно, даже играючи. Разрешайте вашему чаду расслабиться за любимой игрой, при этом повторяйте слова, заданные на дом. Или рисуйте буквы вместе цветными маркерами. Чем больше вы вовлечены в новые процессы вместе, тем лучше они входят в повседневный порядок ребенка.

5. Если ребенок отказывается придерживаться обычного распорядка дня – не заставляйте его. Уточните, сколько времени ему понадобится, чтобы закончить все дела – пусть чувствует себя взрослым.

7. Во время кризиса ребенка в 7 лет Ваша основная задача, как родителя, поддерживать и направлять ваше чадо в этот важный и не простой для вас обоих период.

Проявите гибкость и выстройте понимающие отношения с ребенком через новые продуктивные способы взаимодействия с ним.

Например: спрашивайте мнение ребёнка по семейным вопросам, советуйтесь с ним;

• хвалите ребёнка за конкретные достижения, поддерживайте в начинаниях; родительская поддержка необходима ребёнку на любом этапе жизни.

• не закрывайте глаза на проблемы в школе и с одноклассниками, даже если они вам кажутся несущественными. Для ребёнка может быть настоящей трагедией, если учительница перед всем классом назвала его неряхой или одноклассник на перемене подставил подножку. Особенно это касается тревожных, робких и застенчивых детей. Очень важно чтобы ребенок мог вам довериться, выговориться.

• обсуждайте с ребёнком школьную жизнь, а не только оценки.

• ребёнок хочет самостоятельности? Предоставьте её, обозначив его зону ответственности. Например, пусть самостоятельно собирает портфель, готовит домашние задания и без напоминания заводит будильник. Так же важно выделить зону ответственности и в домашних обязанностях.

• Будьте последовательны. Если что-то запрещаете, значит, запрещаете всегда, при любых условиях; если обещаете что-то, обязательно стоит выполнить; если вводите новые правила или ограничения в семье, то, безусловно, и сами выполняйте их.

• не делайте ребёнка заложником ваших нереализованных желаний. Позвольте сыну или дочери жить своей жизнью: выбирать увлечения по душе, совершать ошибки, познавать мир на собственном опыте;

• чёткий режим дня облегчит и вашу жизнь, и жизнь ребёнка. Время использования гаджетов тоже должно быть ограничено и это правило четко оговорено и соблюдается;

• 7-летний ребёнок, конечно, сталкивается с большим количеством требований в школе. В ответ на ваши «надо», «быстро», «сделал» он может проявить резкую негативную реакцию. Поэтому старайтесь доносить информацию в виде просьб и спокойным тоном;

• не заостряйте внимание на ошибках ребёнка. Надо признать, что не ошибается только тот, кто ничего не делает; фиксируйте его внимание на достижениях, успехах.

Что еще очень важно делать:

• Проводить больше времени с ребёнком.

• Демонстрировать свою любовь к сыну или дочери с помощью объятий, поцелуев, слов поддержки.

• Позволить ребёнку самому решать проблемы, где он сможет это сделать.

• Принимать индивидуальность ребёнка.

• Помогать обрести уверенность в себе.

• Говорить на любые темы.

• Внимательно слушать, не перебивая.

• Помочь с домашними заданиями, договорившись, что помогаете тогда, когда ребёнок сам попросит вас и обозначит, в чем именно нужна помощь.

• Отводить в вашем дне время для совместных игр, смеха и радости

Таким образом, в период кризиса 7 лет у детей формируются новые социальные потребности, главная из которых– это потребность в признание сверстников и взрослых. Ребенок усваивает определенные формы социальных ценностей, моральных норм и правил поведения. Перестают быть непосредственными, как раньше и становятся менее предсказуемым для окружающих.

Ваш ребенок в любом случае преодолеет свой кризис. Пусть вас не слишком беспокоит, что он длится дольше, чем вам хотелось бы. У каждого свой ритм. Желаю Вам успехов в воспитании.