

**«МАМА, Я УЖЕ ВЗРОСЛЫЙ!»**

**Кризис 7-ми лет**

Если о таком явлении в жизни ребенка, как кризис трех лет, родители еще слышали, то про кризис 7-летнего возраста знают немногие. Поэтому, когда сын или дочь в младшем школьном возрасте перестает слушаться, кривляется и капризничает, родители теряются и не знают, как им правильно реагировать. Кто-то начинает применять строгие воспитательные меры, кто-то тащит на прием к психиатру, полагая, что с ребенком что-то не так.

**Что нужно знать о периоде кризиса?**

Причины возникновения

В психологии возраст 6-7 лет принято называть критическим или переходным. Ребенок расстается с дошкольным детством, идет в школу и вступает в новую, взрослую жизнь. Теперь ему предстоит сидеть на уроках, готовить домашние задания, слушать учителя и участвовать в школьной жизни. Испытание для неокрепшей детской психики серьезное. Вспомните свои ощущения, когда вам приходилось менять работу или поступать в университет. Взрослому человеку непросто и волнительно все это пережить, а здесь идет речь о маленьком ребенке, который только еще вчера играл с машинками в детском саду и спал в тихий час.

Но ошибочно полагать, что только поступление в школу создает кризисную ситуацию. Дело в том, что в этом возрасте ребенок приобретает новые качества (новообразования), которые помогут ему в дальнейшем успешно адаптироваться к школьной жизни:

Произвольность поведения

Ребенок утрачивает детскую непосредственность, становится серьезным и сосредоточенным. Он учится управлять своим поведением: старается делать то, что надо, а не то, что хотелось бы, соблюдать определенные правила.

Осознание собственных переживаний

Ребенок знакомится с собственным внутренним миром, начинает осознавать себя как личность и свои отличия от других людей.

Внутренняя позиция школьника

К 7 годам ребенок постепенно переходит от игровой к учебной деятельности. Он пробует себя в новых ситуациях, осваивает новые формы поведения. Вчерашнему дошкольнику становится интересно общаться со взрослыми, обсуждать с ними «взрослые» темы. Некоторые начинают избегать общества младших детей.



Таким образом, **причиной кризиса 7 лет является становление социального «Я» ребенка, зарождение новых социальных отношений с окружающими людьми, где он выступает уже не как дошкольник, а как взрослый человек.**

**Основные признаки кризиса 7 лет**

Все изменения в поведении ребёнка можно разделить на 3 группы:

Кризисные симптомы первой группы связаны с нарушением и обесцениванием правил, принятых в семье:

* часто грубит;
* спорит по любому поводу, проявляет упрямство;
* отказывается выполнять просьбы;
* ломает игрушки, говорит, что они надоели ему.

Вторая группа признаков начинающегося кризиса предполагает желание подражать взрослым:

* кривляется, говорит не натуральным голосом;
* передразнивает взрослых;
* просит купить модную одежду и современные гаджеты;
* резко меняется настроение;
* обижается, когда над ним смеются или критикуют.

Третья группа симптомов связана со стремлением ребенка к самостоятельности:

* начинает интересоваться семейными делами;
* вступает в разговоры со взрослыми;
* берёт на себя новые обязанности.

Если Вы заметили один или несколько симптомов из каждой группы, значит, Ваш ребенок переживает кризис 7-летнего возраста. И все его проявления, которые вы наблюдаете, имеют важное значение для развития и взросления ребенка.

**Гендерные особенности**

Мальчики и девочки по-разному проходят возрастной кризис.

Психологи сходятся во мнении, что девочкам труднее дается этот период. Прилежная ученица в школе может [закатывать истерики](https://findmykids.org/blog/ru/isterika-u-detej) дома и изводить родителей постоянными капризами. Также девочки в этом возрасте соперничают за внимание учителя или симпатичного одноклассника, что тоже может привести к конфликтам.

Чтобы помочь дочери благополучно пройти через этот этап развития, чаще хвалите ее за хорошие оценки и школьные достижения, интересуйтесь взаимоотношениями с одноклассниками и не критикуйте стремление выглядеть «по-взрослому».



Мальчишки в семилетнем возрасте стремятся проявить себя, показать, что они самые смелые, самые сильные и вообще самые-самые. Поэтому они часто [ведут себя агрессивно](https://findmykids.org/blog/ru/agressivnoe-povedenie-u-rebenka), задирают девочек и соперничают друг с другом. Их интересуют происходящие вокруг события, они стремятся высказать свое мнение по любому поводу и до последнего отстаивают свою позицию. Проблемы в учебе у мальчиков возникают из-за неусидчивости и невнимательности.

Важно разнообразить школьные будни ребенка походами, поездками, экскурсиями, где он сможет выплеснуть накопившуюся энергию и набраться новых впечатлений. Также важно уделять внимание занятиям спортом и подвижным играм на свежем воздухе.

**Кризис глазами ребенка**

Чтобы понять, что чувствует ребенок во время кризиса 7 лет, нужно взглянуть на происходящее его глазами. Вот вам история одного семилетнего мальчика:

*«Мне 7 лет. Теперь я уже взрослый и хожу в школу. У меня есть большой портфель и красивая форма. Они мне очень нравятся. Мама теперь всем говорит, что я вырос. И я стараюсь вести себя как взрослый.*

*Вчера решил сам помыть посуду и нечаянно разбил мамину чашку. Мама долго ругала меня, сказала, что у меня руки как крюки и нечего мне было лезть, раз не умею аккуратно мыть. А я все умею, просто чашка была в мыльной пене и выскользнула у меня из рук.*

*А на днях к папе приходили друзья. Они разговаривали о каких-то свечах и что папиному другу нужно их заменить. Я сказал, что мне тоже покупали свечи, когда я болел гриппом. Папины друзья засмеялись надо мной. Оказалось, что они говорили про свечи зажигания в машине.*

*В классе у нас есть мальчик Вова.*[*Он часто дерётся*](https://findmykids.org/blog/ru/moego-rebyonka-pobil-drugoy-kak-reag)*и обижает девочек и громче всех смеется на уроках, хотя учительница ругает его за это. Я хочу быть таким, как Вова. Когда я рассказал о нем маме, она ответила, что Вова – хулиган и мне нельзя с ним дружить. А я сказал, что все равно буду! Тогда мама сказала, что я еще маленький и много не понимаю.*

*Но как это маленький, я ведь уже взрослый! В школу хожу, уроки делаю, по дому помогаю… »*

Родители часто сами подчеркивают наступившую «взрослость» ребенка, продолжая при этом относиться к нему как к маленькому. Возникают противоречивые условия, в которых ребенок не знает, как правильно ему поступить. То ли вести себя «по-взрослому», рискуя стать объектом критики или насмешек, то ли оставаться в детстве, где мама и папа смогут решить все проблемы за него.



**Как пережить этот период родителям?**

Возрастной кризис 7 лет в жизни ребенка становится кризисом воспитательной системы родителей. Прежние меры воздействия, применяемые к сыну или дочери, перестают быть эффективными. Поэтому родителям важно проявить гибкость и пересмотреть свои взгляды на воспитание вчерашнего дошкольника.

Для начала, перестаньте гиперопекать ребенка и предоставьте разумную свободу формирующейся личности.

**10 НЕ для родителей:**

1. НЕ пытаться подстелить соломки на каждом шагу ребенка.
2. НЕ перегружать кружками и секциями после школы.
3. НЕ принуждать и не давить на ребенка.
4. НЕ критиковать его друзей.
5. НЕ игнорировать проблемы ребенка в школе.
6. НЕ ругать и не высмеивать за промахи и ошибки.
7. НЕ высказываться негативно о школе и учителях.
8. НЕ сравнивать ребенка с другими детьми.
9. НЕ унижать и не наказывать физически.
10. НЕ досаждать разговорами о наступившей «взрослости».

Естественное желание всех родителей – уберечь ребенка от всевозможных неприятностей в жизни. Однако если постоянно контролировать и поправлять каждый его шаг, то сын или дочь так и не научатся жить самостоятельной жизнью.

Наиболее разумное, что могут сделать родители в период кризиса 7 лет – это подготовить своих детей самостоятельно преодолевать трудности.

**10 МОЖНО для родителей:**

1. Проводить больше времени с ребенком.
2. Демонстрировать свою любовь к сыну или дочери с помощью объятий, поцелуев, слов поддержки.
3. Позволить ребенку самому решать проблемы, где он сможет это сделать.
4. Принимать индивидуальность ребенка.
5. Помогать обрести уверенность в себе.
6. Говорить на любые темы.
7. Внимательно слушать, не перебивая.
8. Оставлять время для игр.
9. Вместе посмеяться и подурачиться.
10. Помочь с домашними заданиями, но только если ребенок сам попросит.



**Последствия кризиса**

Исход кризиса 7 лет во многом зависит от грамотного поведения родителей.

Если мама и папа смогут выбрать правильную стратегию воспитания и спокойно примут все изменения в поведении ребенка, то по окончанию кризиса 7 лет у него сформируются:

* положительное отношение к школе и учебной деятельности;
* новая социальная роль;
* желание узнавать новое и самому добывать знания;
* дружеские отношения с одноклассниками;
* уважение к учителю;
* умение действовать по правилам, ставить перед собой цели и достигать результата.

Если же родители излишне требовательны к ребенку, уделяют большое внимание успеваемости и игнорируют другие школьные проблемы, то у ребенка может возникнуть такое явление, как школьная дезадаптация. Она проявляется в:

* потере интереса к учебе, низкой успеваемости;
* неуверенности в собственных силах, снижении самооценки;
* конфликтах с учителями и одноклассниками;
* физиологических проблемах, таких как: нарушения сна и аппетита, быстрая утомляемость, головные боли.

**Советы психолога**

Кризис 7 лет является необходимым этапом в развитии ребенка. Поэтому родителям важно запастись терпением на этот период и выбрать правильную стратегию воспитания:

* спрашивайте мнение ребенка по семейным вопросам, советуйтесь с ним;
* хвалите ребенка за конкретные достижения, поддерживаете в начинаниях;

Родительская поддержка необходима ребенку на любом этапе жизни. Не закрывайте глаза на проблемы в школе и с одноклассниками, даже если они вам кажутся несущественными. Для ребенка 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.

* обсуждайте с ребенком школьную жизнь, а не только оценки. Какие традиционные вопросы у родителей, когда сын или дочь приходит из школы? Правильно: что получил сегодня и не нахватал ли двоек. А ведь [можно спросить](https://findmykids.org/blog/ru/30-voprosov-rebyonku), что нового и интересного узнал ребенок за день, какой урок и какой учитель понравились ему больше всего и много других более важных вещей, чем оценки;



* ребенок хочет самостоятельности? Предоставьте ее. Пусть самостоятельно собирает портфель, готовит домашние задания и без напоминания заводит будильник. Это – его зона ответственности;
* как и в любой другой период возрастного кризиса будьте последовательны. Если что-то запрещаете, значит, запрещаете всегда, при любых условиях;
* не делайте ребенка заложником ваших нереализованных желаний. Если вы до ночи сидите с ним за уроками, заставляя переделывать снова и снова при малейшей ошибке – это ваши амбиции. Если ребенок хочет играть в футбол, а вы отдаете его в танцы, потому что сами мечтали ими заниматься – это тоже ваши амбиции. Позвольте сыну или дочери жить своей жизнью: выбирать увлечения по душе, совершать ошибки, познавать мир на собственном опыте;
* четкий режим дня облегчит и вашу жизнь, и жизнь ребенка. Время использования гаджетов тоже должно быть ограничено;
* 7-летний ребенок и так 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 ребенка. Не ошибается только тот, кто ничего не делает;
* если симптомы кризиса 7 лет ярко выражены, ребенок не хочет идти в школу, ведет себя агрессивно и грубит, обратитесь за помощью к школьному психологу.

Кризис 7 лет – вполне закономерное событие в жизни ребенка. Исследования психологов давно показали, что те дети, которые имели явные кризисные симптомы, впоследствии лучше адаптировались к школе, нежели те, у кого наблюдались «стертые» проявления. Поэтому не нужно бояться возрастных кризисов. Это еще одна ступенька в развитии вашего ребенка, которая поможет ему стать взрослее!

*Подготовила: педагог-психолог*

*Коваленко М.И.*