

Кризис 7 лет у ребенка

Кризис семилетнего возраста – вряд ли кто-то из родителей о нем не слышал. Его ждут, его опасаются и радуются, если не замечают проявлений, но так ли он страшен? Понимание родителями причин его возникновения, умение распознать признаки – это уже половина успешного прохождения этого сложного периода.



Кризис 7 лет – что это?

Процесс взросления ребенка сопряжен с определенными критическими периодами, через которые так или иначе проходит каждый. Один из таких критических периодов – кризис семи лет.

Это сложная пора в жизни малыша, пора разрушения основных сложившихся стереотипов и представлений о мире. Жизнь малыша кардинально меняется, меняется привычное окружение, меняется отношение к нему окружающих, меняется его представление о себе.

Появляются новые условия, новые люди в его жизни и новые обязанности – начинается школьная жизнь.

Основные проявления кризиса 7 лет

Как же понять, что этот самый кризис у ребенка наступил?

Все проявления переходного периода можно условно разделить на три группы:

1. *Негативные проявления.* К ним относятся:

- негативизм. Ребенок отрицает правила и требования, пробует их нарушать. Даже у некогда послушных и покладистых детей проявляется непослушание;

- упрямство. Ребенок упорно отстаивает свою точку зрения, даже если сам понимает ее неправильность. Упрямо отказывается от привычных обязанностей, игнорирует просьбы и требования;
- строптивость. Ребенок сопротивляется. Сопротивляется любыми доступными ему способами и любым требованиям;
- конфликтность. Ребенок часто спорит, порой даже провоцирует конфликты
- эмоциональная нестабильность. Непоследовательность эмоций, быстрая и беспричинная смена настроения.

2. **Нейтральные проявления.** Среди них:

- искусственность поведения. Для девочек характерна манерность, вертлявость. Мальчики начинают паясничать, ударяются в клоунаду;
- подражание взрослым – в поведении, в жестах и мимике, использование в своей речи взрослых интонаций и незнакомых слов.

3. **Позитивные проявления.** Их тем больше, чем ближе кризис к успешному разрешению и появление их свидетельствует о том, что кризис миновал:

- интерес и пытливость. Ребенок вновь активизирует режим «Почемучка», но вопросы теперь более глубокие, более осмысленные. Ему искренне интересно устройство мира, особенности взаимоотношений, теперь он не довольствуется короткими ответами, ему необходимо разобраться, добраться до сути;
- новые увлечения. Появляются новые знакомства, а с ними и новые увлечения. Ребенок с удовольствием узнает много нового и все хочет попробовать – прямо как у Барто – «...драмкружок, кружок по фото, а мне еще и петь охота...»
- возросшая самостоятельность. Ребенок с готовностью берет на себя ответственность, он рад помогать, с удовольствием выполняют «важные поручения» взрослых. Он хорошо справляется с адекватными возложенными на него обязанностями.

Причины кризиса 7 лет

Каждое проявление кризиса имеет свою причину и свое объяснение. Негативные симптомы в основном связаны с тем, что ребенок примеряет на себя новую социальную роль, он стремится к самостоятельности, но в чем заключается эта самостоятельность – пока смутно себе представляет. Ему кажется, что быть взрослым и самостоятельным – это делать то, что хочется и не делать того, что заставляют. Поэтому все его капризы, конфликты, упрямство и строптивость – это просто-напросто определение границ дозволенного.

Смена социальной роли – еще одна причина. У ребенка происходит смена основного вида деятельности. Если до 6-7 лет ведущим типом деятельности являлась сюжетно-ролевая игра, то с началом школьной жизни ведущей

становится учебная деятельность. Ребенок учится учиться, воспринимать информацию и правильно ей пользоваться.

Помимо социально-психологических факторов, значимую роль играют также физиологические причины.

Активный рост организма, интенсивное развитие коры больших полушарий и лобной доли головного мозга и окончательное становление психологических процессов также являются причинами кризиса взросления семилетнего возраста.

Продолжительность кризиса 7 лет

Длительность и степень проявления любого кризиса очень индивидуальна и зависит от физиологических особенностей ребенка, от многих внешних факторов и условий. Он может быть совершенно незаметным и коротким, а может длительным, с яркими проявлениями всех его признаков. Правильное поведение и помощь родителей может сократить и продолжительность, и интенсивность этого периода.

В среднем кризис 7 лет длится от нескольких месяцев до полутора лет в возрастном периоде 6-8 лет.

Как справиться с кризисом 7 лет?

Любой возрастной кризис – это сложный период как для самого ребенка, так и для его окружения. Ребенку тяжело перестроится, он порой не понимает сам себя, и задача родителей – поддержать и помочь пережить ему этот период максимально безболезненно.

Как же правильно помочь ребенку справиться?

1. Помните, что любой кризис – это временное явление.
2. Тщательно следите за состоянием здоровья ребенка. Здоровое сбалансированное питание, обязательные прогулки, полноценный сон, режим дня – это необходимо всегда, но в период кризиса – особенно.
3. Примите меры для облегчения адаптации к школе. Почти во всех школах сейчас есть подготовительные курсы – они, помимо необходимых знаний, предоставляют будущему первокласснику замечательную возможность познакомиться со школой. Ребенок знакомится с учителями, с будущими одноклассниками, со школьными правилами поведения.
4. Помогите сформировать ребенку правильную мотивацию. Ребенку будет проще, если он будет осознавать, что в школе он многому научится, подружится с многими интересными людьми, чем то, что он ходит в школу «потому что все ходят» или «потому что так надо».

5. Пересмотрите запреты. Расширьте границы дозволенного. Ребенок уже не малыш, некоторые запреты можно снять, причину некоторых – объяснить. Советуйтесь, позвольте ему самому принимать решения.

6. Будьте честным и объективным. Дети очень тонко чувствуют фальшь, поэтому в своих похвалах оценивайте реальные его достижения. Ребенок начинает адекватно оценивать свои успехи, поэтому утрированные восторги совсем скоро перестанут его удовлетворять.

7. Будьте другом вашему ребенку. В семилетнем возрасте все еще очень силен авторитет взрослых и очень важно сохранять в семье доверительные отношения, важно, чтобы ребенок не боялся рассказывать вам о своих страхах, проблемах и переживаниях. Он должен твердо знать, что семья – это то место, где его принимают и любят всегда.

Как не навредить ребенку?

Существует ряд ошибок, которые родители почему-то очень часто совершают, руководствуясь исключительно благими намерениями. Проанализировав самые частые из них, можно сформулировать несколько основных «НЕ» для родителей семилетки:

1. Не перегружайте ребенка дополнительными занятиями, трезво оценивайте его реальные возможности. Обилие кружков и секций преследует, казалось бы, только благие цели – всестороннее развитие ребенка, как интеллектуальное, так и физическое. Но не торопитесь, освободите ребенка от этой гонки, у него обязательно должно быть свободное время, когда он может делать то, что хочет, а не то, что должен – рисовать, играть, просто полежать или посмотреть мультяшки.

2. Не стоит совершать и обратную ошибку – предоставлять все свободное от школы время бесконтрольному отдыху. Дополнительные занятия должны быть обязательно, но во-первых, они должны быть интересны ребенку, а во-вторых, стоит учитывать возможности малыша. Здесь, как и во всем, необходимо найти ту самую золотую серединку.

3. Никогда ни с кем не сравнивайте ребенка! Сравнить его можно только с самим собой: «Смотри, сегодня получилось гораздо лучше, чем вчера»

4. Избавьтесь от приказного тона. Разговаривайте, объясняйте и убеждайте, не приказывайте и не заставляйте.

5. Не конфликтуйте с ребенком, не наказывайте за проступки. Не кричите, даже если очень хочется, сохраняйте спокойствие. Разберитесь с ребенком вместе причины его проступков, расскажите о своих чувствах. Поверьте, он все поймет и очень оценит вашу помощь.