

## Кризис 7 лет.

Каждый скачок физического и психологического роста у детей сопровождается особым переходным периодом – кризисом. В шесть - семь лет ребенок встает на очередную ступень развития. Дошкольник становится школьником, меняется его социальный статус. Появляются новые обязанности, взрослые начинают выдвигать другие требования, другим становится режим дня. Психика ребёнка переживает потрясение, которое сопровождается переживаниями, сменой привычного поведения, сложностями в общении. Поэтому в возрастной психологии у детей выделяют *кризис 7 лет*.

В этот период, когда игры меняются на активное обучение, меняется круг общения и формируется другая социальная роль, ребенок становится непослушным, упрямым, раздражительным. Признаки кризисного состояния психики могут проявляться в возрасте с пяти до восьми лет. Чтобы помочь правильно преодолеть этот сложный этап и занять новую социальную позицию, родителям необходимо вовремя распознать кризис и правильно на него отреагировать.

Основная характеристика психологического кризиса 7 года жизни – это стремительное приобретение новых черт, которые характерны для взрослых. Психика малыша теряет наивность и открытость, а внутренний мир становится более сложным. Он учится анализировать поступки окружающих и их причины, начинает обдумывать свои слова, может скрывать настоящие мотивы собственных поступков.

Переход из дошкольного возраста в школьный требует от ребенка совершенно новых для него действий: поиска своего места среди одноклассников, адаптации в непривычном круге общения. Новоиспеченный школьник сравнивает свои успехи с достижениями других детей, иногда мирится с утратой лидерских позиций, находит свои сильные и слабые стороны, впервые сталкивается с критикой, конкуренцией и возможно даже насмешками. Это удар по детской самооценке, который может стойко выдержать далеко не каждый малыш.

Ребенку приходится быстро взрослеть, так как во многих новых ситуациях он может рассчитывать только на себя. Для этого нужно быстро развивать самостоятельность, учиться принимать решения. Чтобы справляться с новыми задачами, организм стремительно набирает силу, выносливость, координацию.

Кризисный период не случайно совпадает со школьной адаптацией. Внутренние изменения психики в основном обусловлены именно сменой социальной роли ребенка, новыми видами деятельности и обязанностями.

В этот период даже самый спокойный и послушный малыш может превратиться в настоящего домашнего тирана, капризного и раздражительного.

#### **Основные симптомы кризиса 7 лет у ребенка:**

- непослушание; капризы, упрямство;
- протест, недовольство, паясничество и грубость;
- не восприятие критики;
- стремление казаться взрослее;
- обесценивание того, что раньше казалось важным;
- перепады настроения.

Кризис не начинается ровно тогда, когда малышу исполняется семь лет. Нельзя приписывать его начало и первому дню учебы в школе. На самом деле все начинается гораздо раньше. Подготовка к школе начинается ещё в детском саду: занятия становятся сложнее, а воспитатели – требовательнее. Ребенок ощущает изменения и нарастающее давление, поэтому первые предпосылки кризиса могут возникать в возрасте даже пяти-шести лет. Однако есть и другая категория детей, которые начинают осознавать тяжесть новой ноши уже после того, как начинается учеба в школе. Каждый приходит к кризисному состоянию тогда, когда психика дает адекватный ответ на появившиеся сложности. Симптомы формируются медленно, и справляется ребенок с новой ответственностью также постепенно. Психологи утверждают, что этот возрастной кризис длится около 6-9 месяцев. Но продолжительность переходного этапа во взрослении зависит от индивидуальных особенностей малыша.

Родителям важно понимать, что критический период – это нормально, и он не продлится долго. Однако пускать ситуацию на самотек нельзя. Чтобы помочь ребенку преодолеть детский кризис 7 лет, **родителям рекомендуется придерживаться некоторых правил:**

- разговаривать дружелюбно, без давления, упреков;
- критиковать не личность, а действия;
- аргументировать отказы и замечания;
- учить обсуждать проблемы, разбирать причины и следствия ситуации;
- разбирать эмоциональные составляющие ситуаций;
- оговаривать прошедший день, интересоваться событиями в школе;

- составить четкое расписание, в котором будет время на выполнение домашних заданий, помощь родителям по дому, хобби, а также обязательно на отдых и любимые детские игры;
- поддерживать связь с учителем, реагировать на любые сложности и проблемы в школьной жизни.

Важно помнить, что кризисное состояние – это закономерность, которая открывает новые перспективы роста и развития. Главная задача взрослых – помочь ребенку справиться со сложной ситуацией, проявить чуткость, терпение и внимание.

***Уважаемые родители!***

***Постарайтесь вместе с ребенком пройти кризис 7 лет, поддерживайте и направляйте вашего любимого сына или дочь в этот важный и не простой период. Только с вашей помощью ребенок сможет преодолеть трудности, и выйти на новый уровень личностного развития.***