**Кризис 7 лет, рекомендации родителям**

*Признаки кризиса 7 лет у ребенка. Что делать родителям*

Период перехода ребенка от детского возраста к 7-летнему дошкольному, обычно сопровождается определенными изменениями в его характере и кризисом в воспитании. Долго наблюдаемый и изучаемый психологами, этот критический период детства был условно назван «кризисом 7 лет». Возрастной кризис обычно связан с перестройкой распорядка ребенка – с переходом от дошкольного к семилетнему школьному статусу. Основными характеристиками кризиса 7 лет у ребенка являются вопросы дисциплины, и сложности в соблюдение им социальных правил.

## Возрастные кризисы у детей: кризис 7 лет

Переходные этапы роста и становления ребенка сопровождаются определенными кризисами весь период его взросления. В психологии зафиксирован ряд критических возрастов ребенка, каждый из которых имеет свои особенности и сроки, в том числе и семилетний кризис.

* кризис младенческого возраста;
* кризис 3 лет: период первой адаптации, смены окружения к яслям и детскому садику;
* кризис 6 – 7 лет: проявляется в период смены окружения садика и школы;
* кризис 13 – 14 лет: связан со, всем известным, подростковым периодом – периодом полового созревания.
* Панацеи в сроках начала и окончания психологически обозначенных возрастных этапов, нет. На подобное деление влияет индивидуальное развитие, воспитание и характер общения ребенка с ближайшим и дальним социальными окружениями. Так, например, трехлетний кризис может начаться и в 2,5 года, а закончится около 4,5 лет; а первые признаки кризиса 7 лет могут проявиться и в 6 – когда ребенок впервые пойдет в школу.
* Не нужно воспринимать кризис 7 лет, как неизбежное страдание для родителей и их чада. Но и думать, что этого можно избежать, оградив ребенка от естественных внешних факторов взросления – тоже. Видите ли, возрастные кризисы – это нормальный и закономерный процесс переходной адаптации ребенка к изменяющимся внешним факторам. И, что бы вы ни делали, вместе вам придется пройти через каждый, включая и кризис 7 лет. Единственное, на что родители со своей стороны могут повлиять, заметив первые симптомы кризиса 7 лет – это на длительность и остроту его протекания. Это очень важно, поскольку ребенок может и не перерасти негативные проявления кризиса 7 лет, тогда они прочно закрепятся в его характере. Все дальнейшие попытки изменить его личность и правильно воспитать будут проблематичными, если не тщетными.

Когда ребенок прощается с садиком и стоит на школьном пороге, ему предстоит преодолеть массу эмоциональных сложностей, чтобы гармонично вписаться в новую среду и стать полноправным ее членом. В какой-то степени, становясь уже немножко взрослым, вашему чаду придется преодолеть одну из первых ступенек – кризис 7 лет, чтобы быть готовым учиться в школе. К особенностям кризиса 7 лет можно отнести необходимость преодоления ребенком школьных нагрузок, общение с различного уровня сверстниками, которые тоже переживают похожий период по-своему, а также изменение отношений с родителями. Психологами доказано, что кризис 7 лет ожидаемым образом отражается на поведении вашего ребенка.

Вы можете столкнуться с такими признаками кризиса 7 лет:

* нелепым вредным поведением;
* искусственной наигранностью;
* плохой усидчивостью и вертлявостью;
* во время кризиса 7 лет дети начинают паясничать и передразнивать родителей;
* одним из признаков кризиса 7 лет является привлечение к себе внимания с помощью клоунады.

Во время кризиса 7 лет вышеописанные признаки сопровождаются следующими эмоциональными и поведенческими особенностями:

* быстрая утомляемость;
* вспыльчивость и раздражительность;
* рассеянность и как следствие, плохая успеваемость;
* замкнутость и застенчивость либо, наоборот – агрессивность;
* поиск авторитета – именно в кризис 7 лет у ваших чад появляются друзья старшего возраста в основном забияки и хулиганы;
* в поисках своего места, многие дети во время кризиса 7 лет начинают заискивать перед старшими и кляузничать на сверстников;
* в период становления многим детям свойственно недооценивать себя и сравнивать с остальными.

## Симптомы кризиса 7 лет

В психологии выделяют 7 основных признаков кризиса у ребенка.

### Кризис 7 лет: негативизм

Такое проявление кризиса 7 лет у ребенка необходимо отличать от свойственного ему непослушания. Характеристикой кризиса 7 лет у ребенка является его отрицательного отношения к просьбам родителей – беспочвенный и повсеместный отказ от того, что просит его взрослый. Не прибегайте к наказаниям в такой ситуации, ведь даже основательный разговор и объяснения вряд ли помогут в этом случае. А вот если в момент просьбы ваше чадо чем-либо увлечено – это обычное непослушание и уж с этим можно справиться.

### Кризис 7 лет: упрямство

В этом случае ребенок безапелляционно требует что-либо от взрослого. Мотивом такого поведения ребенка в кризис 7 лет является нежелание обладать вещью, а сам процесс самоутверждения в своих глазах и глазах взрослых. Скорее всего, сама вещь не особо принципиальна для него в этот момент, целью такой настойчивости является необходимость добиться того, чего он требует.

### Кризис 7 лет: строптивость

Это проявление возрастного кризиса 7 лет направлено, скорее, на отрицание распорядка и уклада, который ему пытаются навязать: ходить в школу, вставать, рано, сидеть на занятиях, учить уроки и прочее.

### Кризис 7 лет: своеволие

В период кризиса 7 лет такая характеристика поведения, как своеволие проявляется в желании все делать самостоятельно, то есть быть независимым от желаний, указаний и помощи взрослых.

### Кризис 7 лет: протест

В процессе адаптации к новым социальным условиям, укладу, правилам поведении и порядку жизни у ребенка происходит повсеместное отрицание. Поэтому кризис в возрасте 7 лет проходит под знаком ссор. Кажется, что ваше чадо находится в непреодолимом конфликте со всеми и каждым. На самом деле в психологии кризис 7 лет связан с внутренними конфликтами ребенка по адаптации в окружении, которые он выплескивает на всех и вся.

### Кризис 7 лет: обесценивание

В момент формирования новых ценностей в семилетний период, особенностью является кризис идеалов. В это время ребенок говорит на то, что раньше считал белым – черное и наоборот, а также ломает вещи, которые были ему некогда очень дороги. С удовольствием повторяет плохие слова и грубые фразы, потому что это запрещают родители, и относится с особой жестокостью к другим детям. Кроме этого, излишне опекаемые родителями дети, начинают проявлять деспотизм по отношению к остальным членам семьи, практически подчиняя своей воле уклад всех ее членов.

### Кризис 7 лет у ребенка: скорая помощь

1. Не паникуйте, это лишь очередная сложность, которую вы обязательно преодолеете. Как и любые болезни, кризисы – это лишь временное в вашей жизни. Просто правильно ведите себя, и вскоре все придет в норму.
2. Одной из причин острого проявления конфликтов кризиса 7 лет является несоответствие именно вашего отношения к ребенку. Может быть, дайте ребенку немножко свободы – пусть сам в себе разберется. Не так сильно ограничивайте его – только контролируйте и направляйте бережно.
3. Ваш малыш уже вырос – не нужно так опекать его. Дайте ему возможность расправить крылья, и когда он сам придет за советом, тогда уж и вы покажете свою родительскую заботу.

## Кризис 7 лет, рекомендации родителям

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».
Рекомендации кризис 7 лет: 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. Особенностью кризиса 7 лет является непослушание. Если ребенок отказывается придерживаться обычного распорядка дня – не заставляйте его. Уточните, сколько времени ему понадобится, чтобы закончить все дела – пусть чувствует себя взрослым. Во время кризиса 7 лет психологи рекомендуют общаться с ребенком на равных: задавать взрослые вопросы, давать возможность принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность.
6. В кризис семи лет ребенок хоть и взрослеет, но все же глубоко еще остается ребенком. Ставьте в пример сказочных героев, благо сейчас масса поучительных мультфильмов с глубоким смыслом. Так вы смещаете авторитарную позицию с себя и сглаживаете «необходимость что-то делать» с помощью прочих факторов.
7. Важная рекомендация во время кризиса ребенка в 7 лет: не относитесь к ребенку как к своей вещи. Да, вы его родили и вырастили, но он отдельная личность и не обязан быть абсолютно похожим на вас. Самые сильные проявления симптомов кризиса 7 лет происходят именно из-за поведения родителей. Когда все начинается, не считайте, что ситуация выходит из-под вашего контроля, и не думайте, что ваша «игрушка» сломалась. Не бросайте все силы, чтоб ее починить. Вы должны справиться со своими родительскими чувствами и понять, что ребенку сейчас куда труднее вас. Вы рука об руку должны вместе пройти этот кризис 7 лет. Ваша основная задача, как родителя, поддерживать и направлять ваше чадо в этот важный и не простой для вас обоих период.

## Описание

**Кризис семи лет.**Этап психического развития между дошкольным и младшим школьным возрастом. Характеризуется стремлением ребенка освоить социальную роль школьника, выполнять общественно значимую деятельность. Проявляется подражанием взрослым, манерничаньем, упрямством, своеволием, утратой наивности и непосредственности. Диагностика выполняется психологом, детским психиатром. Используется метод беседы, наблюдения, рисуночные тесты. В лечении ребенок не нуждается. В рамках психологического консультирования родителям дают рекомендации об изменении отношений, поведения с целью коррекции негативных кризисных симптомов.

## Дополнительные факты

 Взрослея и развиваясь, ребенок переживает стабильные и кризисные периоды. Первые отличаются спокойным течением, постепенным усовершенствованием имеющихся способностей. Кризис сопровождается качественными изменениями психики, затрагивающими личность, социальные отношения. У семилетних детей игровая деятельность сменяется учебной, расширяется круг общения, формируется социальная роль – ученик. Признаки кризиса – непослушание, упрямство, раздражительность – проявляются с 5 до 8 лет. Продолжительность переходного этапа составляет 6-9 месяцев. К завершению формируется «внутренняя позиция школьника», представление ребенка о социальной роли (ожиданиях, отношениях, деятельности).

Кризис семи лет

## Причины

 Кризис семи лет совпадает с началом школьного обучения – внутренние изменения психики сопровождаются сменой социальной ситуации развития. Ребенок испытывает потребность осваивать социальные роли, значимую в обществе деятельность (учебу). На начальном этапе важны внешние атрибуты «взрослости». Малыш отстаивает право выбирать, самостоятельно оценивает ситуацию, принимает решения. Содержание, смысл поступков остаются скрытыми. Отсутствует понимание ответственности, последствий, возникают конфликтные ситуации с учителями, родителями.
 Вторая особенность кризисного периода – необходимость принять правила, запреты, права, обязанности ученика. Исследование границ дозволенного выполняется «методом проб» – ребенок игнорирует, отрицает, противостоит требованиям взрослых. Выраженность симптомов кризиса зависит от психологических особенностей членов семьи, методов воспитания. Кризис остро переживается возбудимыми детьми, при гиперопеке и авторитаризме матери, отца. Третья особенность – освоение новой роли сопровождается отвержением прежней. Став учеником, ребенок отказывается выполнять привычные дела – играть с младшей сестрой, рано укладываться спать. Разрешение кризиса происходит вместе с освоением содержания (смысла) учебной деятельности, взрослости.

## Патогенез

 Изменения кризисного этапа имеют физиологическую основу – в 6-7 лет активно развиваются лобные доли коры больших полушарий, отвечающие за произвольность: умение планировать, контролировать выполнение действий, прогнозировать последствия. Сохраняется подвижность процессов возбуждения-торможения, проявляющаяся непоседливостью, гиперактивностью, эмоциональной лабильностью. На уровне психики происходят следующие изменения: переживания становятся осмысленными, обобщаются, образ «Я» разделяется на внутренний (самооценка) и внешний (оценка окружающими). Ребенок выстраивает собственную систему ценностей, дифференцирует «плохо» – «хорошо», «правильно» – «неправильно». Происходит становление представления о себе как о личности в социуме. Активно осваиваются ролевые отношения с педагогами, сверстниками. Кризисные симптомы наблюдаются в ходе освоения новой позиции (ученик, школьник).

## Возможные осложнения

 У первоклассников приобретают значимость проблемы адаптации, психологической готовности к школе. В норме кризис и начало обучения совпадают, ребенок легко приспосабливается к незнакомым условиям, быстро осваивает социальную позицию школьника. Дети с затянувшимся, запаздывающим кризисом испытывают трудности перехода от дошкольного детства в младший школьный возраст – ведущей деятельностью остается игра, принимаются внешние признаки роли ученика, но сохраняется сильная эмоциональная привязанность к матери. Вынужденное посещение школы провоцирует реакции активного/пассивного протеста (нарушения поведения), развитие невротических расстройств, психосоматических заболеваний.

## Диагностика

 Диагностика кризиса семи лет проводится психологами и педагогами, при выраженных поведенческих и эмоциональных отклонениях может потребоваться консультация врача-психиатра. Стандартное обследование осуществляется клиническими методами, дополнительно выполняется оценка психологической подготовленности к школьному обучению. Полный комплекс обследований включает:
**• Беседу с родителями.**Опрос родителей остается наиболее информативным методом исследования детских кризисов. Специалист расспрашивает о проявлениях переходного периода, изменениях поведения ребенка, процессе адаптации.
**• Наблюдение.**Иногда симптомы проявляются в течение консультации. При взаимодействии ребенка с родителями определяется негативизм, упрямство, своеволие – не садится на указанный стул, не реагирует на предложение вести себя тише, демонстративно отворачивается при просьбе поговорить с врачом.
**• Опрос ребенка.**Вопросы касаются психологического компонента школьной готовности: «Хочешь ли ты пойти/ходить в школу? Почему?». По развернутости, направленности ответа оценивается сформированность позиции школьника.

## Дифференциальная диагностика

 Дифференциальная диагностика с эмоциональными, поведенческими нарушениями проводится при тяжелом течении кризиса. В таких случаях к обследованию подключается детский психиатр, который на основании данных анамнеза делает вывод о возможном расстройстве. Дополнительно может потребоваться комплексное психологическое тестирование (познавательная, эмоционально-волевая сфера), инструментальные обследования (ЭЭГ, МРТ головного мозга).

## Лечение

 В период кризиса происходят изменения поведения, образа жизни, самоощущения ребенка. Взрослым следует выработать новые способы семейного взаимодействия, пересмотреть свое отношение к будущему ученику, заранее начать подготовку к учебному году. Данные меры позволят ускорить переходный этап, скорректировать негативные кризисные проявления. На консультациях психологи рекомендуют родителям:
**• Соблюдение режима.**Необходимо за 4-6 месяцев до начала учебы выработать привычку рано ложиться спать и просыпаться. Важно чередовать прогулки, игры, учебные занятия.
**• Знакомство со школой.**Рекомендуется посетить здание учебного заведения до первых занятий. Ребенок станет более уверенным, спокойным.
**• Обозначение прав, обязанностей.**Непослушному ребенку нужно пояснить – у всех есть обязанности. Будущий школьник должен понять, что требования родителей основаны на доверии, расширяют его права, увеличивают ответственность.
**• Предоставление свободы.**Должны существовать способы реализации самостоятельности. Пример: уборка в комнате обязательна, но ребенку разрешено выбрать время, способ.
**• Разрешение на ошибку.**Не стоит предотвращать прогнозируемые негативные последствия действий ребенка (при условии безопасности для жизни, здоровья). Анализ результата научит предвидеть проблемы, нести ответственность за собственные поступки (вечером выбрал игры вместо домашнего задания – утром получил двойку).

## Профилактика

 Успешное завершение кризиса семи лет формирует у ребенка позицию ученика, ответственность, умение принимать правила и следовать им, способствует школьной адаптации. Профилактика осложнений и затяжного течения кризиса основана на изменении отношения родителей к детям. Необходимо, демонстрировать уважение, равноправие, предоставлять ребенку больше свободы. В воспитании рекомендуется проявить гибкость, придерживаться системы принятых правил, но оставлять пространство для самостоятельности, выбора, изменения роли. Не следует идти на открытый конфликт с ребенком, это обостряет негативные симптомы.