***КРИЗИС 7 ЛЕТ: КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ?***

***Кризис 7 лет у ребёнка***

Кризис 7 лет - это переломная точка на кривой детского развития, отделяющая один возраст от другого.

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.

Таким образом, без возрастных кризисов развитие невозможно.

***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, 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***

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 мультики.

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! Сравнивать 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. Разберите ребенком вместе причины его проступков, расскажите о своих чувствах. Поверье, он все поймет и очень оценит вашу помощь.

**Используемая литература:**

Гозман О.С, Харитонова Н.Е В школу с игрой. - М.: 2009

**интернет - источники**

<http://ped-kopilka.ru/blogs/svetlana-jaroslavovna-luchsheva/konsultacija-dlja-roditelei-krizis-7-let.html>

<http://www.мдоу104тольятти.росшкола.рф/data/documents/krizis-6-7-let.pdf>

<http://dve77.blogspot.ru/2012/03/blog-post_05.html>