

Кризис 7 лет. Как распознать и что делать?

О кризисе 7 лет, его признаках, о причинах острого протекания и советы родителям, как пережить кризис и не сойти с ума:)

Ребенок идет в школу и начинает понимать свое место в мире общественных отношений. Ребенок начинает различать «я- такой какой есть» и «я – такой, каким меня видят другие».

Возникает внутренняя жизнь и формируется произвольность поведения. Ребенок начинает делать домашние задания потому, что «надо», а не потому что «хочу».

Проявления кризиса:

1. Утрата детской непосредственности: Между желанием и действием вклинивается переживание того, какое значение это действие будет иметь для самого ребенка.
2. Манерность, капризность, ребенок ходит не так, как ходил раньше. В поведении появляется что-то нарочитое, нелепое и искусственное, какая-то вертлявость, паясничанье, клоунада; ребенок строит из себя шута.
3. Возникает осмысленная ориентировка в собственных переживаниях: ребенок начинает понимать, что значит «я радуюсь», «я огорчен», «я сердит», «я добрый», «я злой».
 - Переживания приобретают смысл (сердящийся ребенок понимает, что он сердит).
 - Впервые возникает обобщение переживаний, логика чувств. То есть если с ним много раз случалась какая-то ситуация, у него возникает определенное эмоциональное отношение к этому месту, делу или человеку.
 - Возникает острая борьба переживаний. Переживание – это внутреннее отношение ребенка как человека к тому или иному моменту действительности.
4. Возникают самолюбие, самооценка. Уровень наших запросов к самим себе, к нашему успеху, к нашему положению возникает в связи с кризисом семи лет. Самое важное, что нужно детям от родителей и других взрослых в этом периоде – уважение: ребенок высказывает претензию на уважение, на отношение к нему как к взрослому, на признание его суверенитета.
5. Феномен «горькой конфеты»: ребенок добивается своего, но не испытывает от этого удовольствие, потому что добился этого социально неодобряемым путем.
6. Возникают трудности воспитания. Ребенок начинает замыкаться и становится неуправляемым.

Как справиться с кризисом семи лет? Советы для родителей

1. Для начала, вы должны всегда помнить, что кризисы — это временные явления, они проходят, их нужно пережить.
2. Будьте терпеливы, уважительны и внимательны к ребенку, любите его, но не «привязывайте» к себе, пусть у него будут друзья, свой круг общения. Будьте готовы поддержать ребенка, выслушать и ободрить его. Справиться с проблемой легче, когда она только возникла и не привела еще к негативным последствиям.
3. Причина острого протекания кризиса — авторитарность и жесткость по отношению к ребенку со стороны родителей, поэтому необходимо подумать о том, все ли запреты обоснованы и нельзя ли дать ребенку больше свободы и самостоятельности.
4. Попробуйте поменять свое отношение к ребенку: он уже не маленький, внимательно отнеситесь к его мнениям и суждениям, постарайтесь его понять. Важно на самом деле прислушиваться к ребенку, а не просто делать вид.
5. Нравоучения и приказы во время этого кризиса не работают, постарайтесь не заставлять, а убеждать, рассуждать и анализировать вместе с ребенком возможные последствия его действий.
5. Если ваши отношения с ребенком стали сплошными скандалами и обидами, вам нужно на какое-то время отдохнуть друг от друга: отправьте ребенка к родственникам на несколько дней, а к его возвращению примите твердое решение не кричать и не выходить из себя во что бы то ни стало.
7. Важно, чтобы ребенок шел в первый класс подготовленный. Тогда адаптация к школе будет проходить легче, и кризис не будет усугубляться. Речь идет и об уровне общих знаний (окружающего мира, времен года, геометрических фигур, своего имени, города в котором он живет, развития памяти и т.д.) и о психологической готовности (расскажите, что ему предстоит (с положительной окраской), какие могут быть сложности и как можно с ними справиться, проведите экскурсию по школе).
3. Поощряйте общение с друзьями его же возраста.
9. Учите ребенка управлять эмоциями (на примере своего поведения; есть специальные игры и упражнения).
10. Следите за состоянием здоровья (больной, ослабленный ребенок хуже воспринимает новую информацию, не идет на контакт с окружающими).
11. Как можно больше оптимизма и юмора в общении с детьми, это всегда помогает!