

## *Кризис семи лет.*

Происходит на границе дошкольного и младшего школьного возраста.

Перед школой ребенок постепенно входит в очередной возрастной кризис, более мягкий, чем предыдущий, — плавный переход от игрушек к полезным занятиям. Обычно это происходит в 6-7 лет, но случается и раньше. В этом случае кризис будет протекать несколько более напряженно. Поведение любимого ребеночка внезапно меняется: вчера он был покладистым и ласковым, сам напрашивался в помощники, а сегодня протестует. Причем не против чего-то принципиально важного и конкретного — против повседневных требований, того, что он, казалось бы, давным-давно освоил. Происходит это из-за того, что в этом возрасте родители относятся к ребенку дома как к маленькому, а в школе как к ученику, предъявляя к нему высокие требования (контролируй свое поведение на уроках и перемене, получай только хорошие отметки). Конечно, вчерашний малыш повзрослел: он уже не такой непосредственный и импульсивный, как прежде, уже может управлять своими эмоциями и обобщать свои переживания, стал реалистичнее смотреть на мир.

Эти положительные перемены в поведении шестилетки всем родителям, конечно, нравятся. Но есть и новоприобретенные поведенческие реакции иного рода:

- *пауза* — промежуток между обращением к ребенку и его реакцией. Создается впечатление, что он просто «делает вид, что не слышит», «издевается»;
- *спор* — по поводу и без, практически всегда! И часто с аргументацией типа: «Почему ему можно (сравнение с другими членами семьи), а мне нет?»;
- *хитрость* — не всегда с целью избежать наказания, чаще просто как шутка;
- *манерничанье и кривляние* — новые нелепые, искусственные нотки в поведении ребенка. Как частный случай, нарочито «взрослое», излишне рассудительное поведение;
- *реакция на критику* — определенно неадекватная. Малейшее замечание может вызвать бурные возмущения, крик и даже слезы.

Психологи считают, что дети так себя ведут по очень простой причине: у них уже сформировалась «внутренняя позиция школьника» (ребенок мечтает о школе, хочет учиться, испытывает потребность в активной умственной деятельности), но они еще вне школы. Соответственно, признание новой социальной позиции ребенка откладывается, а отношение к нему как к маленькому вызывает протест. Как правило, с началом школьного обучения все эти «трудные» поведенческие реакции постепенно сходят на нет. А что делать, если ребенку все же еще рано в школу? Все равно удовлетворять «умственный голод»! Ведь учебную деятельность можно понимать и в самом широком смысле: как возможность получать новые знания, развивать свои способности, осваивать практические навыки, словом, заниматься осмысленной работой. Учиться танцам, музыке, пилить-строгать, изучать азы домашнего хозяйства — это тоже ученье. Главное, чтобы ребенок видел в своей повседневной деятельности какой-то важный полезный смысл.

### **Взаимодействие с ребёнком во время личностных кризисов.**

Личностные кризисы имеют очень важное значение для дальнейшего развития ребёнка. Поэтому очень важно, чтобы взрослые с пониманием и терпением относились к ребёнку в это время.

**Для этого в кризис 7 лет рекомендуется:**

- Избегать крайностей в общении с ребёнком (нельзя всё позволять малышу или всё запрещать). Важно согласовать стиль поведения со всеми членами семьи.

- На этом этапе родителям очень важно придерживаться в своей воспитательной стратегии принципа динамического равновесия, подразумевающего гармонию в расширении прав и обязанностей ребенка. То есть сын или дочь должны понимать, что получение новых прав сопряжено с появлением новых обязанностей: «Да, ты можешь сам сходить к Мише. Ты ведь уже совсем большой!»

- Нужно поощрять его инициативу, побуждать к ней (если её нет). Но при этом ребёнок должен всегда чувствовать поддержку и одобрение значимого для него взрослого.

- Хвалить побольше, ведь всегда есть за что.

- Всегда выслушивайте его рассказы о том, как он хочет учиться. Никогда не критикуйте при нём воспитателей и учителей.

- Укрепляйте уверенность ребёнка в своих силах.

- Примете то, что Ваш ребёнок вырос и постарайтесь относиться к нему соответственно.

- Активно поощряйте и поддерживайте стремление малыша к новому, более "взрослому" положению в жизни, приветствуйте самостоятельность детей - это способствует развитию их интеллекта и инициативы.

- Но надо помнить, что ребёнок в своём поведении и поступках подражает взрослым, и постараться подавать ему хороший личный пример.

Если же проявлениям независимости часто сопутствуют неудачи или детей излишне строго наказывают за какие-то проступки, это может привести к тому, что чувство вины возобладает над стремлением к самостоятельности и ответственности.

## **20 способов утихомирить разбушевавшегося ребенка**

Если ребенок носится по квартире без остановки, кричит не своим голосом, катается по полу, совершает хаотичные движения руками и ногами и совершенно не слышит, что вы ему говорите – поймите его, обнимите и тихим голосом предложите поиграть.

1. Малыша попросите вспомнить, как кричит корова, лягушка, собака. Или показать свою руку, нос, коленку. Ребенку постарше предложите сосчитать от 1 до 20, а потом от 20 до 1.

2. Замри-отомри. Вариаций этой игры множество. Например, по команде “День” ребенок прыгает, играет. А по команде “Ночь” притворяется спящим. Или пусть малыш представит, что он мышка и бегает-играет, пока вы не скажете “Кошка идет!”. Вместо словесной команды, можно давать звуковую – хлопать в ладоши или звонить в колокольчик. С детьми постарше поиграйте в “Море волнуется”.

3. Шторм-штиль. Вариация предыдущей игры. Не требует полного замирания, но “штиль” – это тихие, плавные движения, шепот. Что такое шторм, думаю, не надо объяснять.

4. Договоритесь с малышом, что как только вы нажмете ему на нос, он сразу “выключится”. Можно расширить эту идею, нарисовав пульт управления (или используйте ненужный пульт от телевизора). Нажимайте кнопку на пульте и говорите: “уменьшаю громкость (выключаю звук, включаю замедление)”. Пусть ребенок выполняет команды.

5. Предложите ребенку представить, что он тигр на охоте. Он должен долго неподвижно сидеть в засаде, а потом прыгать и кого-то ловить. Или вместе с ребенком ловите воображаемых бабочек, к которым нужно медленно и очень тихо подкрадываться. Под каким-нибудь игровым предлогом, спрячьтесь вместе под одеялом и сидите там тихо-тихо.

6. Предложите ребенку представить себя китом. Пусть он сделает глубокий вздох и ныряет на глубину. Киту можно давать поручения плавать к разным материкам или искать что-то на дне.

7. Попросите ребенка закрыть глаза (если он согласится, завяжите глаза платком) и сидеть неподвижно, ожидая определенного сигнала. Например, когда третий раз прозвонит колокольчик. Или попросите ребенка что-то сделать с закрытыми глазами (сложить пирамидку, поставить машинку на подоконник, собрать с пола кубики).

8. Попросите ребенка выполнить сложное движение, требующее сосредоточенности (провести пальцем по нарисованному лабиринту, провезти машину за веревочку между кеглями). За выполнение обещайте приз.

9. Попробуйте упражнение на чередования напряжения и расслабления. Например, можно двигать заведомо неподъемный диван, а потом падать и отдыхать. Или предложите малышу представить, что его и ваши ладошки – это снежинки. Пусть снежинки плавно падают на землю. А потом возьмите воображаемый снег с земли и с силой сжимайте руки в кулаки (лепите снежки).

10. Предложите игру. Вы говорите слово, а ребенок старается произнести это слово громче, чем вы. А потом, наоборот, попросите малыша говорить тише, чем вы.

11. Возьмите простыню или тонкое покрывало и плотно запеленайте “малыша”. Возраст ребенка значения не имеет, но важно, чтобы ему эта игра нравилась. Можете взять его на руки, покачать, спеть песенку.

12. Возьмите салфетку (или листок дерева) и подбросьте вверх. Скажите ребенку, что пока салфетка падает, нужно как можно громче смеяться. Но как только упадет, следует сразу замолчать. Играйте вместе с ребенком.

13. Лучше еще крохой приучить ребенка, что когда вы расставите руки, он побежит к вам в объятия (знаю, многие родители так делают). Если это объятие будет приятным, к 3-5 годам привычка останется. Поэтому расставьте руки и когда ребенок к вам прибежит крепко-крепко его обнимите и задержите объятия на несколько секунд.

14. Предложите малышу бегать и прыгать, но при этом постоянно выполнять какое-то простое движение. Например, держать соединенными указательные пальцы или вращать кистью руки.

15. Сшейте мешочек величиной с ладонь и насыпьте в него 3-4 ложки песка или крупы. Предложите ребенку бегать, прыгать и безобразничать, удерживая этот мешочек на голове. Обещайте ему что-то приятное (угостить чем-то, поиграть или почитать), если мешочек не упадет, пока не прозвонит таймер (в зависимости от возраста, временной промежуток 1-5 минут).

16. Предложите игру “Капитан и корабль”. Капитан должен отдавать команды (“Направо”, “Налево”, “Прямо”), а корабль четко им следовать. Для ребенка постарше можно выбрать цель (например, доплыть в прихожую) и расставить в комнате препятствия (кегли, мягкие игрушки). Ребенок может выбрать любую из ролей.

17. Загородите дорогу или схватите носящегося по квартире ребенка. Чтобы пройти (освободиться) он должен ответить на вопрос, требующий сосредоточения (Например, назвать морское животное, сосчитать количество окон в квартире или придумать пять слов на букву “А”)

18. Попросите ребенка сесть на корточки и представить, что он мячик. Легонько хлопайте его по макушке и пусть малыш подпрыгивает. Ускоряйте и замедляйте хлопки, следя, чтобы малыш прыгал согласно задаваемому темпу.

19. Попросите малыша, носящегося по квартире, выполнять ваши задания (три раза подпрыгнуть, два раза сбегать на кухню и обратно, четыре раза спрыгнуть с дивана). Важно, чтобы активное задание сочеталось с необходимостью вести подсчет действиям. За каждое выполненное задание рисуйте малышу в альбоме цветок или машинку.

20. Предложите ребенку повторять за вами все слова и действия. Начинайте показывать быстрые, резкие движения или громко кричите. Постепенно переходите к более спокойным, плавным движениям и тихой речи.

Кроме достижения мгновенного эффекта, эти игры также помогут малышу учиться себя контролировать. Не забывайте, что и родителям важно быть терпеливыми и не терять самообладания, поскольку ребенок берет с вас пример и чувствует и отражает ваше собственное состояние.