Кризис 7 лет: когда я иду в школу…

[](https://profilaktica.ru/upload/iblock/5b5/5b53e4b559662d35713bc42a00b170a3.jpg)

Кризис неизбежен и важен в становлении личности ребенка. Родителям необходимо отследить и понять его начало, а также научиться правильно реагировать и действовать. Это один из вопросов возрастной психологии.

*От того, как взрослые поведут себя, будут зависеть дальнейшие отношения в семье, а также то место, которое ребенок будет занимать в обществе.*

Переломным моментом в жизни каждого ребенка является кризис 7-летнего возраста. Он бывает и у мальчиков, и у девочек. Этот период характеризуется определенными симптомами, далеко не всегда приятными для родителей. Ребенок начинает испытывать стресс и адаптироваться к новым условиям. Ему очень трудно, и вы можете ему помочь!

*Важно не отталкивать ребенка, а поддержать его, поговорить, попытаться понять и вместе найти решение, как пережить кризис.*

**Кризис имеет свои проявления (симптомы):**

* потеря непосредственности;
* дети начинают задумываться о значении каждого действия перед тем, как его совершить;
* ребенок старается казаться строгим и умным, у него появляются секреты от родителей;
* появляется копирование поведения взрослых, которое первое время бывает театральным и показным;
* в 7 лет ребенок старается скрывать от взрослых, что ему плохо.

**Как сделать адаптацию ребенка к школе легче? Рекомендации родителям**

Как уже было сказано, поступление в школу является для ребенка стрессовой ситуацией. Конечно, есть и трудности подготовки. Родителям необходимо сделать все, чтобы адаптация прошла для ребенка безболезненно. Важна психологическая готовность ребенка к школе.

* Попробуйте за месяц до начала уроков изменить режим дня ребенка, приучите его вставать рано и не сидеть допоздна за просмотром мультиков.
* Заранее организуйте знакомство ребенка с его будущими учителями и школой, прогуляйтесь по коридорам, зайдите в столовую, туалет. Так ребенку будет значительно легче ориентироваться в школе и первого сентября он будет чувствовать себя увереннее.
* Не стоит на первых порах увлекаться кружками, спортивными секциями и репетиторами. Ребенку нужно время привыкнуть хотя бы к одному, в данном случае, к школе. Он не может делать успехи во всем одновременно, поэтому пока стоит сосредоточить внимание на школьном образовании.
* Сотрудничайте с ребенком, а не ругайте его за непослушание, найдите с ним общий язык.

**Что делать родителям, чтобы пережить этот период в жизни ребенка?**

До 7 лет ребенок ведет себя совершенно иначе, и теперь родителям придется иметь дело с кардинально изменившимся характером чада. Памятка для родителей:

1. В первую очередь необходимо понять, что у первоклассника уже есть свое собственное мнение, и он будет его отстаивать, поэтому к нему нужно относиться с уважением.
2. Нельзя запрещать что-то ребенку, не обосновывая свое решение. Родители не должны забывать о том, что ребенок научился мыслить и сопоставлять слова с действиями. Поэтому ваше поведение должно быть последовательным, иначе дети поймают вас на несоответствии и перестанут слушаться.
3. Поддержите своего ребенка, порадуйтесь за него, ведь он стал уже совсем взрослым!
4. Постарайтесь не концентрировать свое внимание на поведении ребенка. Поставьте перед собой понятную задачу – подготовить его к школе.

**Как облегчить кризисное время?**

В этот кризисный период ОСОБЕННО важно быть в контакте с ребенком и побольше проводить с ним время:

* всей семьей играйте в настольные игры: морской бой, домино, лото и т.д.;
* читайте книжки, рассказывайте сказки, придумайте какую-нибудь интересную историю и каждый день, перед сном, дополняйте ее;
* проводите больше времени на свежем воздухе: совместные велопрогулки, игры в мяч, бадминтон, квесты и т.д.

**Важно дать ребенку понять, что вы рядом, что вы любите его, заботитесь о нем и всегда готовы помочь!**