**Кризис семи лет**

Ваш ребенок уже прошел через несколько кризисов: рождения, первого года, трех лет. Кризис семи лет обычно совпадает с моментом, когда малыш идет в школу. 6-7 лет - непростой возраст. В это время вдруг снова возникают трудности воспитания, ребенок начинает замыкаться и становится неуправляемым. Он как будто вдруг утрачивает детскую наивность и непосредственность, начинает манерничать, паясничать, кривляться, проявлять агрессию, перестает реагировать на просьбы родителей. Ребенок сознательно принимает на себя какую-то роль, занимает какую-то заранее подготовленную внутреннюю позицию, часто не всегда адекватную ситуации, и ведет себя в соответствии с этой внутренней ролью. Отсюда и неестественность поведения, непоследовательность эмоций и беспричинные смены настроения.

Как считает [Л.И. Божович](http://www.psychologos.ru/articles/view/bozhovichzpt_lidiya_ilinichna), кризис 7-ми лет - это период рождения социального «Я» ребенка. Что это такое?

Во-первых, если дошкольник осознавал себя в первую очередь как физически отдельный индивид, то к семи годам он осознает свою психологическую автономию, наличие у себя внутреннего мира чувств и переживаний. Ребенок осваивает язык чувств, начинает осознанно пользоваться формулировками "я сердит", "я добрый", "я грущу".

Во-вторых, ребенок идет в школу, осваивает совершенно новый мир, и на смену его старым интересам приходят новые. Основной деятельностью ребенка- дошкольника была игра, а теперь его основной деятельность становится учеба. Это - очень важное внутреннее изменение личности ребенка. Маленький школьник с увлечением играет, и играть будет еще долго, но игра перестает быть основным содержанием его жизни. Самым важным для школьника становится его учеба, его успехи и его отметки.

Однако 7 лет - это изменения не только личностно-психологические. Это еще и смена зубов и физическое "вытягивание". Изменяются черты лица, ребенок быстро растет, повышаются его выносливость, мышечная сила, совершенствуется координация движений. Все это не только дает ребенку новые возможности, но и ставит перед ним новые задачи, и не все дети справляются с ними одинаково легко.

Возрастает общая подвижность нервных процессов, особенно – процессов возбуждения, ребенок становится более подвижным, непоседлив, эмоционально нестабильным. Их настроение может резко меняться. развивается кора больших полушарий, в частности, лобный отдел. Это является основой для формирования произвольности – умения планировать свои действия и прогнозировать их последствия. Ребенок начинает лучше понимать игры, в которых есть определенные правила. Если четырехлетка, играя в прятки, поскорее вылезает из шкафа, когда папа нарочито спрашивает «А где наш Ваня?», и кричит: «Вот он я!», то шестилетка уже отлично понимает правила и сидит до последнего.

Основная причина кризиса в том, что ребенок исчерпал развивающие возможности игр. Теперь ему требуется больше — не воображать, а понимать, как и что работает. Он тянется к знаниям, стремится стать взрослым — ведь именно взрослые, по его мнению, обладают могуществом всезнания. Отсюда и детская ревность: а вдруг родители, оставшись одни, делятся друг с другом самой ценной, секретной информацией? Отсюда и отрицание: неужели это он, почти уже взрослый и самостоятельный, был когда-то маленьким, неумелым, беспомощным? Он что, и, правда, верил в Деда Мороза? Отсюда и вандализм в отношении когда-то любимых игрушек: а что будет, если из трех машин собрать новый суперкар? Станет ли кукла красивей, если ее подстричь?

Не факт, что адаптация к новой жизни готового к школе ребенка пройдет для него гладко. В 6-7 лет ребенок учится самоконтролю, чтобы, как мы, взрослые, уметь дозировать, сдерживать или выражать в приемлемой форме свои мысли и эмоции. Ребенок пытается понять: как правильно поступать, где граница между «можно» и «нельзя»? Но, как и в любой учебе, получается не сразу. Отсюда и скачки: то вдруг перед вами уже серьезный человек, рассуждающий и поступающий здраво, то — снова «малыш», импульсивный и нетерпеливый».

Порой у родителей складывается впечатление, что у их 6-7-летнего ребенка подростковый возраст наступил досрочно. Он словно пытается разрушить то, что ему было дорого раньше.

У ребенка теперь есть собственное, аргументированное мнение, и он начинает свое мнение отстаивать. Это ЕГО мнение, и он требует к себе уважения! Теперь ребенку нельзя сказать просто "Делай как сказано!", требуется аргументация, и он будет возражать так же аргументировано!

В семь лет ребенок уже способен поймать родителей на несоответствии того, что говорится и того, что делается. Он уже действительно - повзрослел!

Что делать? Радоваться, что ребенок уже повзрослел. И - готовить ребенка к школе.

### Разрешение кризиса

С одной стороны, школа решает проблему нового типа деятельности, в ней ребенок может проявить свою все возрастающую самостоятельность. Но с другой стороны, для такого успешного разрешения проблемы необходимо, чтобы малыш был готов к школе. А для этого нужно обратить самое серьезное внимание на подготовку к школьной жизни.

С интеллектуальной частью дело обстоит проще – не так сложно научить ребенка читать и считать. Гораздо труднее [подготовить его психологически](http://medportal.ru/enc/parentschildren/preschool/5/). Очень важно, чтобы ребенок мог легко наладить контакт со сверстниками и [учителями](http://medportal.ru/enc/parentschildren/babysitor/): в нужный момент уступить, а в нужный – защититься, умел подчиняться общим правилам и, вместе с тем, отстаивать свое мнение.

И поэтому если уровень психологической готовности к школе был низким, то через кризис ребенку придется пройти не перед школой, а в первом-втором классах.

Прекрасно, если негативные проявления кризиса вам удастся перевести в мирное, конструктивное русло. Например, увлечь тем хобби, которым занимается один из взрослых (лепка, живопись и т.п.).

**Что означают изменения в поведении?**

***1. «Манерничание» и «кривляние»***. В движениях и словах ребенка появляются какая-то искусственность, нарочитость, нелепость. Он часто кривляется, строит из себя шута. До шести лет малыш тоже мог паясничать, но это выглядело естественно, непосредственно и не вызывало раздражения у взрослых. Младший дошкольник делает то же самое, что и думает. У детей 6–7 лет появляется разделение между внутренним миром и внешним. Теперь в его поведении выражается не то, что он непосредственно думает, а то, как он хочет выглядеть. А поскольку действовать адекватно своему желанию быть взрослым он пока не умеет, то это выглядит манерно и натянуто.

***Смысл этого симптома*** – осознание своего внутреннего и внешнего «Я», формирование социального стиля поведения.

***2. Пауза***. Если раньше малыш реагировал на слова родителей достаточно быстро, то сейчас между просьбой взрослого и действиями ребенка появляется пауза. «Кризисное» чадо может оттягивать выполнение неприятных для него обязанностей или игнорировать их. Родители в этом случае злятся на то, что он «как будто не слышит» их. Как правило, пауза возникает только в ответ на привычные просьбы, которые раньше не вызывали возражения. Крайне редки случаи паузы в новых для ребенка ситуациях.

***Смысл этого симптома –*** переосмысление «прошлой жизни», прежних правил и способа взаимодействия с родителями.

***3. Спор.***Ребенок открыто оспаривает требования и ограничения, которые ставят перед ним родители, либо говорит, что ему некогда их выполнять. В ответ на привычное «ложись спать» он начинает доказывать, что раз можно старшему брату сидеть допоздна, то и ему тоже. Ребенок начинает сравнивать права/обязанности свои и членов семьи и, когда обнаруживает, по его мнению, несправедливость (ему нужно надевать шапку, а папе нет), сразу вступает в спор.

***Смысл этого симптома –***познание содержания социальных ролей: что такое быть мамой, папой, сестрой, бабушкой, школьником, что при этом нужно делать.

***4. Непослушание***. Малыш отказывается от выполнения привычных требований и обязанностей.

***5. Нарочито взрослое поведение*** .Ребенок пытается подражать взрослым. Как правило, это строится на копировании поведения родителей. Например, возвращаясь из школы, ребенок повторяет действия папы, вернувшегося с работы. Или отвечает: «У меня нет времени» на просьбу убрать свои игрушки. Его привлекают внешние формы – кажущаяся независимость и свобода действий.

***6. Упрямство***.Он настаивает на своем, независимо от содержания вопроса. Ребенку важно именно отстоять свое мнение, а не получить то, на что он якобы претендовал. Зачастую после того, как родители «сдаются» и ребенку разрешается поиграть еще полчаса, он сам теряет интерес к игре и идет делать то, чего от него так долго добивались пятнадцать минут назад.

***Смысл 4–6 симптомов –*** попытка примерить на себя новую роль взрослого, самостоятельно действующего человека.

***7. Самостоятельные занятия.*** У ребенка появляется стремление к самостоятельным не игровым занятиям – рисованию, лепке, шитью, конструированию. ***Смысл этого симптома –***смена мотивов – от игровых к желанию создать что-то ценное.

***8. Обострение реакции на критику***. В этом возрасте малышу очень важно слышать похвалу продуктов своей деятельности. Нарисовав что-то, он обязательно принесет показать родителям. Появляется и способность внутренне оценивать себя, сверять свои достижения с идеалом. Например, если раньше ребенок рисовал «каляки» и говорил, что это ваша собака, то теперь он чаще отказывается ее рисовать со словами, что у него «не получится».

***Смысл этого симптома –*** формирование самооценки.

**Зачем ребенку кризис?**

Значение любого кризиса – разрешение конфликта между готовностью что-то делать и способностью к этому, а также приобретение новых навыков. Какие позитивные изменения происходят при разрешении кризиса семи лет?

**Самое главное для этого периода – у ребенка формируется так называемая «внутренняя позиция школьника»,** он становится психологически готовым к обучению. На первом этапе школа привлекает ребенка своими внешними атрибутами: форма, наличие тетрадей и учебников, возможность быть как «большие ребята», носить портфель. Второй этап наступает, когда ребенку становится интересным содержание учебной деятельности. На многие детские вопросы взрослые часто говорят, что это будут проходить в школе, поэтому у любознательного ребенка появляется желание туда пойти, чтобы получить ответы. Кроме того, ребенок хочет найти в школе друзей или продолжить знакомство с теми, что уже есть. Наконец, на третьем этапе (как правило, это происходит к 8 годам) у ребенка формируется уже настоящее самосознание школьника. Оно включает в себя ориентацию на учебу, получение знаний и хороших оценок, а также стремление к общению со школьными друзьями.

Важной составляющей психологической готовности к школе является понимание правил, требований и запретов, возможностей и обязанностей. Эта сфера вызывает больше всего трудностей у ребенка и переживаний у родителей. Ведь чтобы понять, как именно действовать по правилам, нужно сначала увидеть эти правила. Именно это происходит, когда ребенок всячески отрицает, игнорирует или противостоит требованиям, установленными родителями. Он проверяет, является ли это правилом. Фактически он «ощупывает» ситуацию, ее границы и способы действий. Характер этого «ощупывания» во многом зависит от темперамента ребенка: более спокойные дети скорее будут интересоваться, почему надо делать именно так, а более возбудимые – активно саботировать и наблюдать за реакцией родителей.

**Второе важное приобретение (новообразование) кризиса семи лет – это развитие эмоциональной сферы.** В этом возрасте у ребенка появляется способность озвучивать свои эмоции и эмоции окружающих, он начинает ориентироваться в собственных переживаниях. Это происходит как раз в результате утраты некоторой непосредственности и проникновения интеллектуального компонента между эмоцией и действием. Проще говоря, если раньше, расстроившись по какому-то поводу, ребенок просто разбрасывал игрушки, то теперь он способен сказать: «Я расстроен, потому что хочу еще поиграть, а не учить буквы!» или: «Я очень рад, что мы поедем на море!». Эта способность – огромный шаг к развитию самосознания, глубины характера. Ребенок учится связывать свои эмоции со смыслом ситуации. Если раньше он занимался тем, что предлагал ему взрослый, то теперь, скорее, будет делать то, что дает ему позитивные переживания, в чем он достигает успеха. Для родителей в этот период важно не «спугнуть» возможные увлечения ребенка случайным пренебрежительным комментарием или негативной оценкой. Это возраст, в котором могут сформироваться не только жизненные хобби и даже расположенность к определенной профессии, но и комплексы по поводу какой-либо деятельности.

**Третье новообразование** – приобретение новой социальной позиции. Кризис семи лет также называют периодом рождения социального «Я» ребенка. Весь дошкольный период дети слышат от родителей, что когда-нибудь они пойдут в школу и вот тогда станут взрослыми. Как правило, ребенок с нетерпением ждет этого момента, дабы наконец вступить в ряды «больших». Когда же он наступает, ребенок нередко выражает искреннее презрение к своему прежнему образу жизни и к тем, кто все еще является дошкольником. Так, вчерашний детсадовец приходит домой после первого учебного дня и заявляет своей младшей сестре, что больше он играть с ней не будет, потому что у него теперь другие заботы.

### Тактика для родителей

Главное, что придется осознать и принять для успешного выхода из кризиса – что ребенок хочет и может быть самостоятельным. Известный российский [психолог](http://medportal.ru/clinics/services/313/) Ю.Б. Гиппенрейтер предлагает такие несложные правила для родителей будущих и состоявшихся первоклассников:

**Правило 1.** Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: "С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься!"

**Правило 2.** Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему. Все, что ребенок может сделать сам, он должен сделать сам.

**Правило 3.** Позволяйте вашему ребенку почувствовать отрицательные последствия своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться "сознательным".

### Как это выглядит на практике?

Например, вы зовете сына обедать, а он не реагирует и продолжает заниматься своим делом. Когда, наконец, он появляется на кухне, суп уже давно остыл. Конечно, лучше, если вся семья соберется за столом вместе, но если уж так не получилось, дайте ребенку возможность и дальше проявить свою самостоятельность. Предложите  ему самому разогреть еду, а потом помыть тарелку, так как все уже поели и вам надо заниматься другим делом.

Переход на новый этап развития – это не только новые права, но и новые обязанности. Быть взрослым – это не только когда тебе разрешают самому сходить в гости к другу, но и когда ты можешь присмотреть за младшим братиком или сестренкой. Не бойтесь проявить свою «слабость», пожаловавшись на усталость или плохое самочувствие. Дайте ребенку возможность поухаживать за вами, проявить заботу и внимание.

И не отчаивайтесь! Любой кризис когда-нибудь кончается. Особенно приятно осознавать, что ваш ребенок (а вместе с ним – и вы) первый и последний проходит через очередной трудный этап развития. Это совершенно закономерно, и означает лишь то, что ваше сокровище растет. Помогите ему в этом нелегком деле!