

Кризис 7 лет: от игры к учебе.

**Возраст, когда ребенок учится управлять своими
желаниями и открывает новое социальное «Я».**

Поможем ему вместе!



Симптомы: что происходит с ребенком?

Кризис 7 лет — это не каприз, а важный этап перестройки поведения и мышления. Ребенок учится осознавать и управлять своими эмоциями.

Ключевые симптомы:

Манерничанье и кривлянье: ребенок вдруг начинает говорить неестественным голосом, строит из себя «шута», паясничает. Это попытка «примерить» на себя новую социальную роль, отличную от роли малыша.

Закрытость и уход в себя: если раньше вы знали все его мысли, теперь у него появляются первые секреты. Он может меньше делиться переживаниями, обдумывая их внутри.

Непослушание и споры: ребенок проверяет границы и вашу реакцию на его новое поведение. Он учится иметь собственное мнение и отстаивать его.

Повышенная утомляемость и раздражительность: психическая перестройка требует огромных сил, что может выливаться в капризы и вспышки гнева.

Важно! Эти проявления — не плохое поведение, а признаки роста. Ребенку самому непросто с ними справляться.

Как поддержать при смене ведущей деятельности

Ведущая деятельность ребенка меняется с **игровой** на **учебную**. Задача взрослых — помочь сделать этот переход плавным.

Что делать?

Уважайте его новое «Я». Серьезно относитесь к его переживаниям, советуйтесь с ним, предоставляйте разумную самостоятельность в выборе одежды, занятий.

Формируйте учебную мотивацию. Рассказывайте о школе увлекательно, как о месте, где можно узнать много нового и интересного. Подчеркивайте статус («ты уже почти школьник!»).

Сохраняйте игру в жизни. Учеба не должна полностью вытеснить игру. Через сюжетно-ролевые игры ребенок по-прежнему осваивает важные социальные роли.

Учите ставить цели. Поручайте небольшие задачи, которые нужно выполнить за определенное время («за 10 минут собери пазл»). Это развивает произвольность — основу учебной деятельности.

Обсуждайте эмоции. Помогайте ребенку называть свои чувства: «Я вижу, ты злишься», «Ты расстроился из-за неудачи?». Это учит саморегуляции.



Игры, которые помогут мягко войти в учебный процесс

Эти игры ненавязчиво развивают навыки, необходимые для успешной учебы: внимание, память, произвольность и умение действовать по правилам.

1. «Школа для зверят» (сюжетно-ролевая игра) Пусть ребенок побудет в роли учителя, а его игрушки — учениками. Он может «проводить» для них уроки: считать кубики, раскладывать карточки с буквами. Это формирует положительный образ школы и закрепляет знания.

2. «Найди по схеме» (развитие внимания и умения следовать инструкции)

Спрячьте в комнате «клад» и дайте ребенку простую схему-план, как его найти («сделай два шага от стула к окну, повернись и посмотри под диваном»).

3. «Что изменилось?» (тренировка памяти и наблюдательности)

Разложите на столе 5-7 предметов. Ребенок запоминает их и закрывает глаза. В это время вы убираете один предмет или меняете их местами. Задача — угадать, что изменилось.

4. «Сделай, как я» (развитие произвольности)

Вы показываете последовательность из 3-4 движений (хлопок, прыжок, поворот). Ребенок должен повторить все точно и в том же порядке. Затем поменяйтесь ролями.

Чего следует избегать? Рекомендации для взрослых

В этот чувствительный период некоторые реакции взрослых могут усугубить проявления кризиса.

Вместо этого: «Хватит кривляться! Веди себя нормально!»

Попробуйте сказать: «Я вижу, тебе весело. Давай потом повторим эти смешные рожицы, а сейчас нужно...»

Вместо этого: «Ты что, самый умный? Не спорь!»

Попробуйте сказать: «Я услышал(а) твоё мнение. Давай обсудим, почему ты так думаешь».

Вместо этого: «В школе тебя быстро научат дисциплине!» (использование школы как угрозы)

Попробуйте сказать: «В школе есть интересные правила, которые помогают всем учиться. Давай потренируемся?»

Нельзя:

- Высмеивать манеры и переживания ребенка.
- Нарушать его личное пространство без веской причины.
- Требовать немедленных и блестящих результатов в новой деятельности.



Главное послание для родителей

1. **Кризис 7 лет — это не проблема, а переход на новый уровень.** Ребенок учится быть самостоятельным, у него формируется внутренняя жизнь и самооценка.
2. **Ваша поддержка — это якорь.** Сохраняйте спокойствие, терпение и чувство юмора. Ребенок должен знать, что его любят любым: и непослушным, и задумчивым.
3. **Смягчить кризис помогает общий позитивный настрой на школу.** Читайте рассказы о школьной жизни, играйте в школу, проходите мимо будущего учебного заведения.
4. **Будьте союзником, а не контролером.** Ваша задача — не «сломать» ребенка, а направить его энергию в конструктивное русло, дав инструменты для управления собой.

Помните: этот этап скоро пройдет, а ваше мудрое и бережное отношение поможет ребенку уверенно шагнуть в новую, школьную жизнь!