

# 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 поддерживать 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) твое 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!**