

# **Советы родителям: «Что делать с маленьким «взрослым» в семье?**

Подготовила: педагог-психолог

Захарова Н.В.

2025г.

## Что делать с маленьким «взрослым» в семье?

Возрастной кризис у ребёнка 7 лет — сложный момент для всех. Ещё вчера ходившие в детский сад малыши вдруг превращаются в серьёзных первоклассников. Появляется много новых обязанностей и требований, претерпевает существенные трансформации режим дня, изменяется отношение взрослых. Не удивительно, что психика переживает настоящее потрясение. Кто-то из родителей пытается подавить кризис на корню. Другие, наоборот, относятся к нему слишком спокойно как к закономерному этапу в развитии ребёнка. Но ни один из этих подходов не является верным. Нужно научиться правильно себя вести, чтобы не навредить детской психике и не стать причиной формирования комплексов и разрушающих личность паттернов поведения.

Кризис 7 лет у ребёнка — это переход из дошкольного периода в младший школьный. Многие родители считают, что они осведомлены о том, что в этот момент происходит с их чадом: он адаптируется к учёбе — и в этом вся проблема. На самом деле трудности этим не ограничиваются.

В 7 лет ребёнку приходится не только привыкать к новому образу жизни. Он начинает осознавать своё социальное «я», пытается установить более тесные контакты с окружающими, теряет наивность и непосредственность. Впервые он ощущает себя не только как физически существующего человека, но и свою психическую сущность, свой внутренний мир, который отличает его от всех остальных.

От такого многообразия новых ощущений ребёнок пребывает в состоянии шока. Но при этом надо быстро и органично вливаться в школьную жизнь, реагировать на вызовы со стороны окружающих.

В 7 лет у ребёнка формируются психологические новообразования, которые определяют **суть данного кризиса**. Их чётко прописывает возрастная психология:

- **произвольность и опосредованность;**
- **осознание и обобщение собственных переживаний;**
- **подчинение взаимоотношений определённым правилам;**
- **вхождение в более широкую социальную общность, осознание себя в новой социальной роли.**

Именно эти новообразования становятся ядром кризиса 7 лет и причиной тех трудностей, с которыми приходится сталкиваться и ребёнку, и его окружению.

Многие ошибочно полагают, что если это кризис 7 лет, то он и начинается ровно в тот день, когда ребёнку исполняется семь лет. Или 1 сентября, когда он идёт в школу и сталкивается с суровой реальностью

Во-первых, данный возрастной кризис наблюдается у детей **6-7 лет**. Это связано с тем, что родители пытаются подготовить их к учёбе заранее. Начинаются посещения Школы первоклассника. В детском саду занятия становятся серьёзнее и требовательнее, максимально приближенными к школьным. Ребёнок чувствует предстоящие изменения, и, если они слишком резкие и неожиданные для него, психические новообразования могут начать формироваться за несколько месяцев до 1 сентября. Есть и такие детки, которые осознают трудности спустя какое-то время после этого. Не нужно искать в этом отклонений. Каждый приходит к кризису в тот момент, когда психика оказывается к нему готовой.

Во-вторых, кризис не случается в один день. Трудности и проблемы нарастают постепенно, подобно снежному кому. Сначала формируется одно **новообразование** и появляются связанные с ним симптомы. Через какое-то время обнаруживается второе и т. д. Возрастной кризис 7 лет длится от 6 до 9 месяцев, в зависимости от индивидуальных психических особенностей ребёнка.

Родителям полезно знать, как проявляется кризис 7 лет, чтобы быть уверенными, что он наступил, и не спутать с другими, кратковременными и контекстными личными проблемами.

### **Типичные симптомы:**

- не слушается, не выполняет просьбы, своевольничает;
- хочет казаться взрослее (подражает старшим, отказывается играть с маленькими);
- капризничает, становится упрямым и строптивым;
- болезненно реагирует на любую критику;
- воспринимает всё в негативном свете;
- резкая смена настроения;
- целенаправленно что-то делает и говорит (обзывается не из-за состояния детского аффекта, а осознанно причиняет боль), открыто выражает своё недовольство и протест;
- обесценивает прежние идеалы: ломает любимые игрушки, говорит запретные фразы, становится жестоким и деспотичным.

## **Как вести себя родителям.**

Итак, кризис 7 лет наступил, и с этим надо что-то делать. Однозначно нельзя пускать эту ситуацию на самотёк, думая, что всё само закончится без последствий. Психологи дают чёткие рекомендации, что делать родителям и учителям в этот непростой период, как пережить его самим и ребёнку без психотравм и ярко выраженных конфликтов:

1. Требования и приказы заменить просьбами.
2. Демонстрировать соблюдение новых правил собственным примером.
3. Заменять игровую деятельность учебной постепенно. Оставить время и место для любимых детских игр.
4. Уважать решения ребёнка. Выслушивать. Аргументировать отказы. Предоставлять хоть немного свободы.
5. Учить на собственных ошибках (разрешить лечь поздно, а наутро, когда он будет чувствовать себя плохо из-за недосыпа, акцентировать на этом внимание).
6. Уделять достаточно времени и внимания, помогать с домашними заданиями.
7. Вместе с ним соблюдать режим дня.
8. Обсуждать с ним то, что произошло в течение дня, какие эмоции он испытал, что сделал правильно, а что нет.
9. Постоянно быть на связи с учителем, совместно решать возникающие трудности.

## **10 «нельзя»: памятка для родителей**

1. Не повышать голос.
2. Не критиковать учителя и других взрослых в присутствии ребёнка.
3. Не нарушать тех правил, которые он должен соблюдать.
4. Не тащить сразу в больницу или на приём к психотерапевту.
5. Не относиться к нему как к маленькому. Понять и принять первый этап настоящего взросления.
6. Не паниковать, не обвинять себя в неправильном воспитании.
7. Не наказывать физически.
8. Не ограничивать в общении со сверстниками.

9. Не сравнивать с другими, не критиковать, а мягко (и только наедине!) указывать на ошибки.
10. Не игнорировать проблемы в школе (будь то неуспеваемость или конфликты с одноклассниками).

Если кризис 7 лет становится настоящей катастрофой, родителям может понадобиться помощь педагога или школьного психолога. Главное — сообщить им о проблеме, о неуправляемом поведении новоиспечённого школьника. Они помогут ему адаптироваться, найдут профессиональный подход, поработают с ним индивидуально. Учитель сможет уделять ему больше внимания, изменить к нему какие-то требования, чтобы облегчить переход из детского сада в начальную школу.