

муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №264»

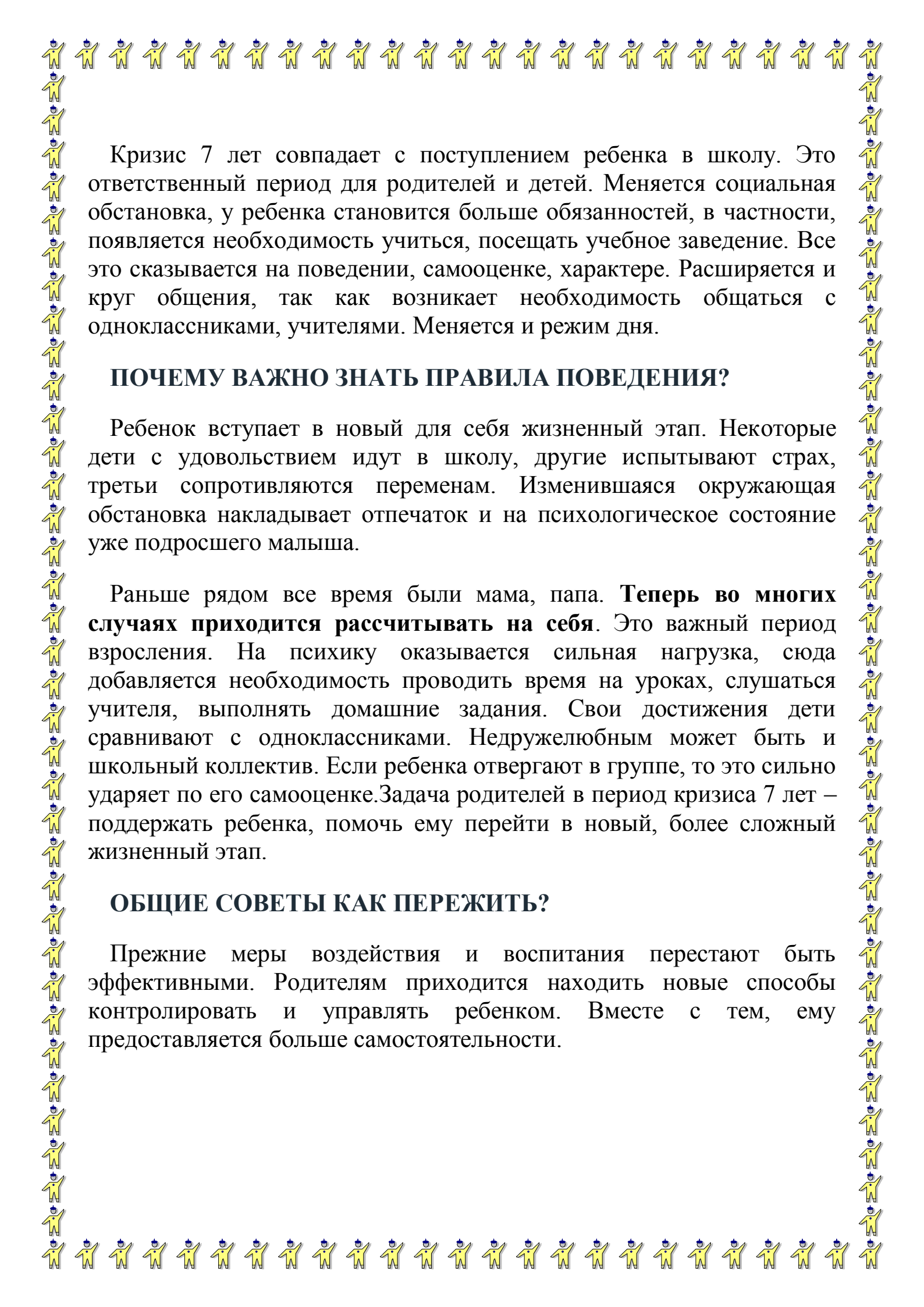
**ПОЛЕЗНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ: КАК
ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПРЕОДОЛЕТЬ КРИЗИС В 7 ЛЕТ?**



Подготовили воспитатели: Говрас А.О.

Коробейникова С.В.

Барнаул, 2023



Кризис 7 лет совпадает с поступлением ребенка в школу. Это ответственный период для родителей и детей. Меняется социальная обстановка, у ребенка становится больше обязанностей, в частности, появляется необходимость учиться, посещать учебное заведение. Все это сказывается на поведении, самооценке, характере. Расширяется и круг общения, так как возникает необходимость общаться с одноклассниками, учителями. Меняется и режим дня.

ПОЧЕМУ ВАЖНО ЗНАТЬ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ?

Ребенок вступает в новый для себя жизненный этап. Некоторые дети с удовольствием идут в школу, другие испытывают страх, третьи сопротивляются переменам. Изменившаяся окружающая обстановка накладывает отпечаток и на психологическое состояние уже подросткового малыша.

Раньше рядом все время были мама, папа. **Теперь во многих случаях приходится рассчитывать на себя.** Это важный период взросления. На психику оказывается сильная нагрузка, сюда добавляется необходимость проводить время на уроках, слушаться учителя, выполнять домашние задания. Свои достижения дети сравнивают с одноклассниками. Недружелюбным может быть и школьный коллектив. Если ребенка отвергают в группе, то это сильно ударяет по его самооценке. Задача родителей в период кризиса 7 лет – поддержать ребенка, помочь ему перейти в новый, более сложный жизненный этап.

ОБЩИЕ СОВЕТЫ КАК ПЕРЕЖИТЬ?

Прежние меры воздействия и воспитания перестают быть эффективными. Родителям приходится находить новые способы контролировать и управлять ребенком. Вместе с тем, ему предоставляется больше самостоятельности.



Что делать:

1. Проводить с ребенком больше времени.
2. Позволить ему самому решать проблемы, к которыми он в состоянии справиться. Это развивает самостоятельность, силу воли, мотивацию.
3. Показывать свою любовь: поддержкой, объятиями, дружескими разговорами.
4. Принять, что ребенок имеет собственную личность, он индивидуальность, со своим характером, желаниями.
5. Уметь выслушать, если ребенок хочет чем-то поделиться: проблемами или радостью. Не перебивать, а дать ему высказаться.
6. Не нагружать чрезмерно, оставлять время для игр.
7. Проводить вместе время.
8. Если сын или дочь просят помочь с домашними заданиями, то не делать все полностью за них, а подсказать основные моменты.
9. Воспитывать чувство ответственности – у мальчиков, девочек должны быть свои обязанности, но те, с которыми они в состоянии справиться.

Взрослым надо обсудить единую тактику воспитания. Нельзя, чтобы один баловал, другой ругал, один запрещал, другой разрешал. Ребенок должен четко понимать, что от него хотят.

Недопустимо:

- повышение голоса;
- критика, если школьник с чем-то не справляется;
- физическое насилие.

Все эти факторы негативно скажутся на становлении личности. Важно объяснять подрастающему поколению, что допустимо делать, а что нет, какие существуют правила в обществе, как общаться со сверстниками, учителями. Также не менее **важно установление и сохранение доверия** к родителям. Ребенок не должен бояться сообщить о неприятности, просить совета, помощи. Особенное внимание уделяется тем детям, у которых родители не живут вместе или находятся в процессе развода. Кризис в этом случае может проходить более ярко и болезненно, так как возникает дополнительный стрессовый фактор.

ПРАВИЛА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ: ЧТО ДЕЛАТЬ?



Основные правила, которые стоит соблюдать:

- Не повышать голос. Негативное настроение родителей не должно отражаться на детях.
- Объяснять свои требования. Семилетка вполне способен усвоить правила, и он должен понимать, что конкретно от него хотят, а не потому что мама или папа так решили.
- Самим не нарушать установленные правила и не изменять те, что установлены для ребенка.
- Не ограничивать общение со сверстниками.
- Нельзя сравнивать с другими.
- Если возникают проблемы в школе, нельзя их игнорировать, надо найти способ помочь.
- Относится к младшему школьнику, как ко взрослому.

Если кризис и поведение ребенка выходят из-под контроля, то лучше обратиться к психологу или спросить совета у опытного педагога.

Родители должны **всячески демонстрировать свою любовь и уважение к личности подрастающего человека**. Однако это не значит, что надо потакать любым его прихотям и выполнять каждое желание. Подрастающая личность должна понимать, что существуют ограничения, но надо дать объяснять, почему именно.

Семилетка находится уже в достаточно осознанном возрасте и способен усвоить многие правила и следовать им.

Распорядок дня – это хорошо и правильно, но должно быть время и на отдых. В выходные надо давать возможность расслабиться, заняться любимой деятельностью, отдохнуть.

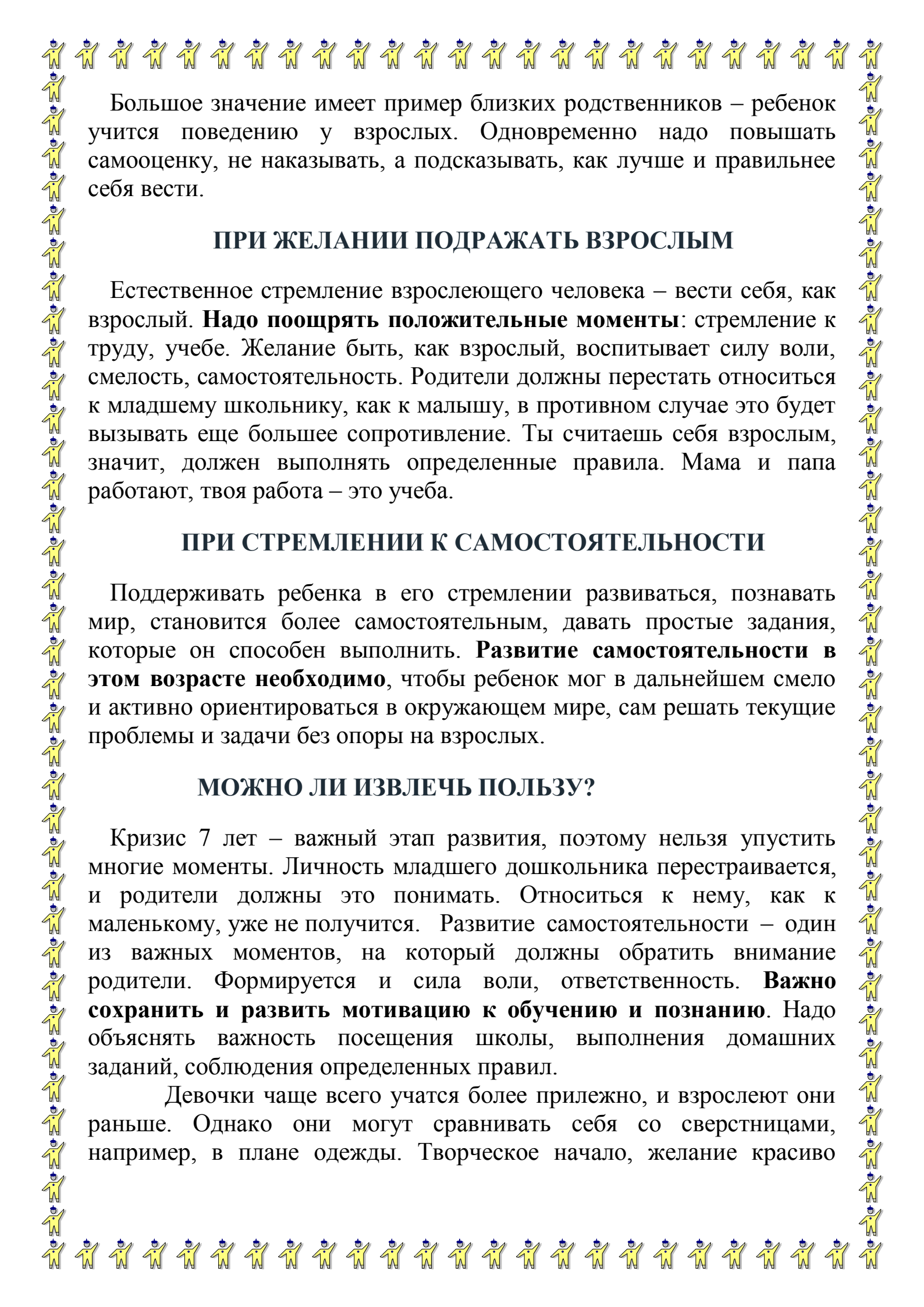
Дети сильно устают от учебного процесса, особенно в первые месяцы посещения школы, когда идет привыкание к новым правилам, режиму, более активной деятельности – умственной и физической. **Переутомление приводит к появлению агрессии**, отказу учиться, соблюдать установленные правила.

ПРИ ОБЕСЦЕНИВАНИИ ПРИНЯТЫХ ПРАВИЛ



При обесценивании правил ребенок часто грубит, проявляет упрямство, спорит по любому поводу, ломает игрушки.

Задача родителей – твердо и спокойно настаивать на выполнении правил, объяснять, что грубить взрослым и детям недопустимо. Можно сказать ребенку, что он теперь взрослый, поэтому должен вести себя соответствующе.



Большое значение имеет пример близких родственников – ребенок учится поведению у взрослых. Одновременно надо повышать самооценку, не наказывать, а подсказывать, как лучше и правильнее себя вести.

ПРИ ЖЕЛАНИИ ПОДРАЖАТЬ ВЗРОСЛЫМ

Естественное стремление взрослеющего человека – вести себя, как взрослый. **Надо поощрять положительные моменты:** стремление к труду, учебе. Желание быть, как взрослый, воспитывает силу воли, смелость, самостоятельность. Родители должны перестать относиться к младшему школьнику, как к малышу, в противном случае это будет вызывать еще большее сопротивление. Ты считаешь себя взрослым, значит, должен выполнять определенные правила. Мама и папа работают, твоя работа – это учеба.

ПРИ СТРЕМЛЕНИИ К САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Поддерживать ребенка в его стремлении развиваться, познавать мир, становится более самостоятельным, давать простые задания, которые он способен выполнить. **Развитие самостоятельности в этом возрасте необходимо,** чтобы ребенок мог в дальнейшем смело и активно ориентироваться в окружающем мире, сам решать текущие проблемы и задачи без опоры на взрослых.

МОЖНО ЛИ ИЗВЛЕЧЬ ПОЛЬЗУ?

Кризис 7 лет – важный этап развития, поэтому нельзя упустить многие моменты. Личность младшего дошкольника перестраивается, и родители должны это понимать. Относиться к нему, как к маленькому, уже не получится. Развитие самостоятельности – один из важных моментов, на который должны обратить внимание родители. Формируется и сила воли, ответственность. **Важно сохранить и развить мотивацию к обучению и познанию.** Надо объяснять важность посещения школы, выполнения домашних заданий, соблюдения определенных правил.

Девочки чаще всего учатся более прилежно, и взрослеют они раньше. Однако они могут сравнивать себя со сверстницами, например, в плане одежды. Творческое начало, желание красиво

выглядеть надо направить в правильное русло: хвалить, записаться в кружки (танцев, рукоделия), поддерживать в начинаниях.

Мальчики пытаются самоутвердиться в коллективе, конфликтуют с мальчиками и девочками, эмоциональный фон нестабилен, возможны вспышки насилия, драки, наблюдаются сложности в монотонной работе. Мальчику надо разнообразить школьные будни, поддерживать интерес к учебе, записать в секции – плавания, борьбы, конструирования, учитывая интересы и способности ребенка.

Среди героев мультфильмов, книг можно найти примеры положительных героев. Надо объяснить, почему они поступают правильно, а другие герои действуют неверно.

ПРИМЕРЫ СОВМЕСТНЫХ ИГР ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Ведущей деятельностью становится учеба, но игры также играют немаловажную роль в развитии, расслаблении и отдыхе. **Если у ребенка есть любимые игры, то не стоит их запрещать** – в процессе взросления они постепенно отойдут на второй план. Игры помогают переключить психику, отдохнуть от учебы.

Полезны спортивные игры на свежем воздухе – позволяют избавиться от лишней энергии, отдохнуть от учебного процесса. Дети этого возраста больше тянутся к командным играм

В этом период детей могут заинтересовать интеллектуальные игры, творчество. Разыгрывание сценок, детский театр – отличный пример игровой деятельности. Дети развиваются творчески. Разыгрывание сценок полезно для развития памяти, воображения.





Примеры игр:

1. **«Штанга».** Позволяет расслабиться, сбросить напряжение. Представить, что на полу есть штанга. Надо наклониться, взять ее, сделать вдох и поднять вверх. Представить, как тяжело. Затем медленно опустить вниз.

2. **Тактильная игра.** На стол кладутся разные предметы: твердые, мягкие – кусочек меха, бумага, кисточка, кубик и др. Взрослый проводит предметом по руке ребенка и просит рассказать об ощущениях.

3. **«Замри в нужной фигуре».** Тренировка внимания, координации движения. Играть интереснее группой. Все движутся по кругу, когда ведущий хлопнет в ладоши, надо замереть в определенной позе. Например, один хлопок – поза аиста, два – медведя, три – возобновить движение.

ГЛАВНЫЕ ОШИБКИ

Чтобы не усугубить течение кризиса, не потерять доверие чада, родителям важно не совершать ряда ошибок:

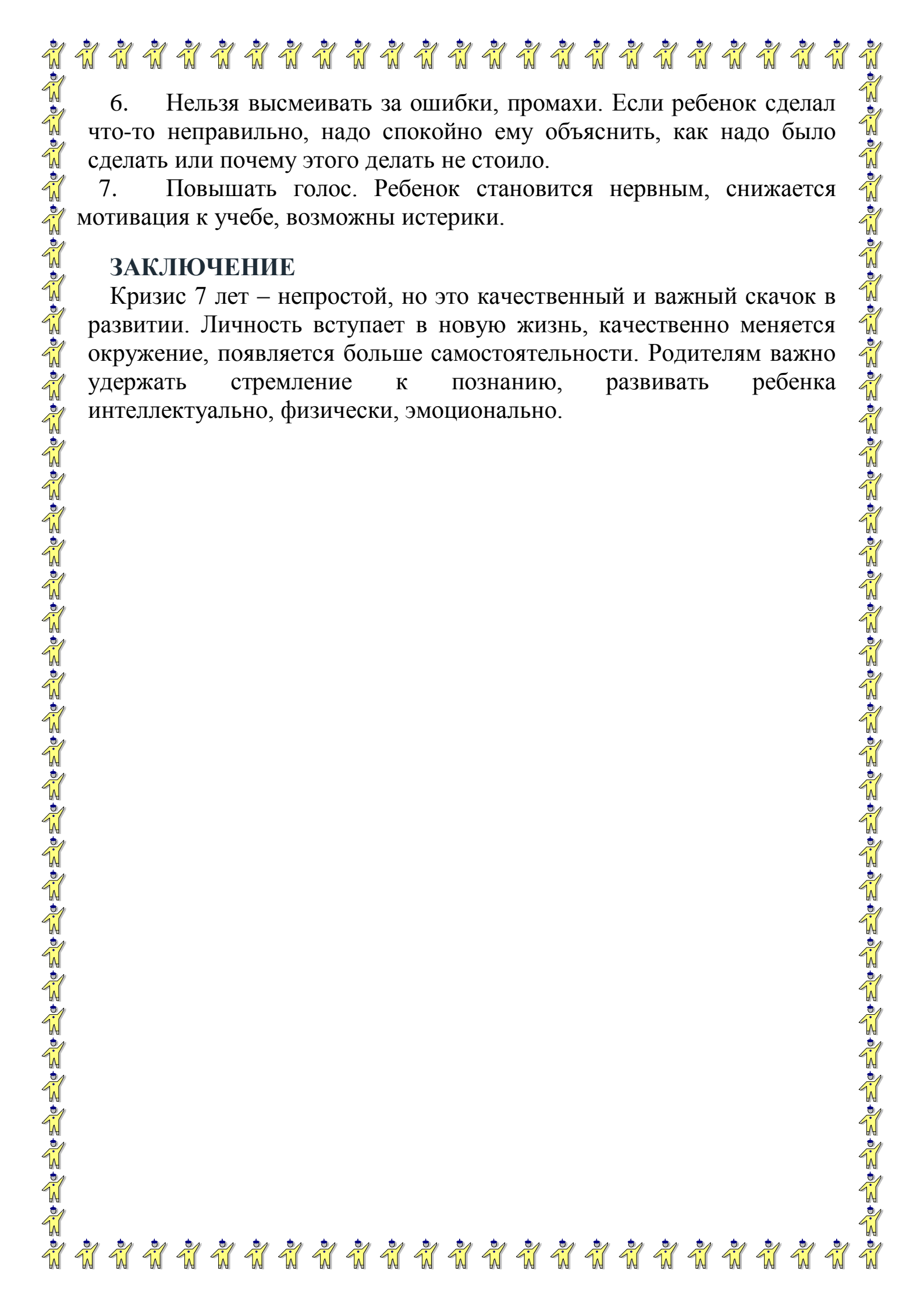
1. **Физические наказания.** Малыш при этом испытывает унижение, начинает бояться родителей, теряется доверие. Физические наказания способствуют снижению самооценки, младший школьник может стать робким, неуверенным, чтобы избежать расправы, начинает лгать родителям, скрывая различные факты, например, неудачи в учебе, проблемы в школе, со сверстниками, совершенные ошибки.

2. **Критика:** «ты делаешь плохо», «у тебя ничего не получается», «ты неудачник» – ребенок утвердится в этом мнении, потому что мнение родителей для него все еще важно. В итоге падает мотивация к учебе, личность чувствует себя изгоем, недостойным награды, начинают проблемы с самоидентификацией в среде сверстников.

3. **Запрещать общаться с конкретным мальчиком или девочкой,** говоря, что он плохой, недостойный, их неблагополучной семьи.

4. **Нельзя сегодня говорить одно, а завтра менять свое мнение:** «Ты уже взрослый, должен выполнять такие-то обязанности», а на следующий день: «Ты маленький, этого делать нельзя».

5. **Сравнивать с другими детьми, говорить, что ребенок хуже учится, ведет себя, другие дети лучше.** Это снижает самооценку, мотивацию.



6. Нельзя высмеивать за ошибки, промахи. Если ребенок сделал что-то неправильно, надо спокойно ему объяснить, как надо было сделать или почему этого делать не стоило.

7. Повышать голос. Ребенок становится нервным, снижается мотивация к учебе, возможны истерики.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Кризис 7 лет – непростой, но это качественный и важный скачок в развитии. Личность вступает в новую жизнь, качественно меняется окружение, появляется больше самостоятельности. Родителям важно удержать стремление к познанию, развивать ребенка интеллектуально, физически, эмоционально.