

Как справиться с кризисом семи лет

Кризис семилетнего возраста протекает у детей с 6 до 8 лет и зависит от индивидуальных особенностей развития ребёнка.

Признаками этого сложного периода являются нелепое поведение, проявления вредности, наигранность при общении, снижение усидчивости, передразнивание взрослых, привлечение к себе внимания клоунадой.

Эти основные признаки сопровождается такими **особенностями поведения**, как повышенная утомляемость, раздражительность и вспыльчивость, агрессивность или замкнутость, плохая успеваемость и рассеянность, поиск авторитета, своего места внутри коллектива, снижение самооценки, сравнение своей жизни с другими.

Вот несколько простых рекомендаций, которые помогут вам в этот сложный период:

- Прежде всего нужно помнить, что кризисы — это временные явления, они проходят, их просто нужно пережить.
- Будьте внимательны к ребенку, любите его, но не «привязывайте» к себе, пусть у него будут друзья, свой круг общения. Будьте готовы поддержать ребенка, выслушать и ободрить его. Залог успеха — доброжелательные и открытые отношения в семье.
- Причина острого протекания кризиса — несоответствие родительского отношения и требований желаниям и возможностям ребенка, поэтому необходимо подумать о том, все ли запреты обоснованы и нельзя ли дать ребенку больше свободы и самостоятельности.
- Измените свое отношение к ребенку: он уже не маленький, внимательно отнеситесь к его мнениям и суждениям, постарайтесь его понять.
- Тон приказа и назидания в этом возрасте малоэффективен, постарайтесь не заставлять, а убеждать, рассуждать и анализировать вместе с ребенком возможные последствия его действий.
- Учите ребенка управлять эмоциями.
- Как можно больше оптимизма и юмора в общении с детьми, это всегда помогает!

Педагог-психолог Лебедева Ю.С.