

**Семинар.**  
**Как распознать и выдержать возрастные кризисы у детей.**  
**Игры и памятки для родителей.**

**Рекомендации родителям трехлеток:**

**Удовлетворяйте базовые потребности ребенка.** Убедитесь, что ребенок выспался. Он должен быть сыт, физически здоров, чувствовать себя в безопасности.

**Убедитесь, что ребенку хватает вашего внимания.** Признаками того, что ему не хватает внимания, будут попытки завоевать его тем или иным способом. Ребенок может ходить за вами по пятам, перебивать, капризничать, нарушать правила поведения, вести себя агрессивно, мстить. Нужно понимать, что иногда дети добиваются даже наказания ради внимания родителей. Это хоть какой-то интерес со стороны взрослых. Чтобы этого не происходило, разговаривайте с ребенком, задавайте вопросы, внимательно слушайте ответы.

**Создайте дома безопасное пространство.** Уберите предметы, которые могут причинить вред здоровью ребенка. Это нужно, чтобы он реже слышал «нет» и «нельзя». Пусть у него будет чувство «Миру – да!». Если ребенок интересуется чем-то опасным, изучайте этот предмет вместе. Так вы сможете объяснить ему, что существуют ограничения, которые оберегают его.

**Следите за тем, что и как вы говорите ребенку.** Понимаете ли вы его? Помните, что дети злятся не только тогда, когда им запрещают и отказывают. Это бывает и тогда, когда нарушают их границы, например забирают игрушки или отрывают от интересного занятия. Поэтому у ребенка, который еще не умеет разговаривать или которого не понимают взрослые, вспышки гнева бывают чаще, чем у старших детей.

**Дайте ребенку возможность выразить свой гнев.** Скажите: «Ты можешь злиться и при этом любить», «Ты мне нравишься, даже если мне не нравится то, что ты делаешь». Учите ребенка проявлять гнев приемлемыми способами, но не запрещайте чувствовать его.

**Запрещайте ребенку бить и кусать вас.** Продемонстрируйте свои границы. Так вы примером научите его защищать себя в будущем. Твердо скажите: «Мне больно. Я запрещаю тебе бить меня». Дополните короткий словесный запрет физическим действием: остановите руку или ногу ребенка в момент, когда он собирается ударить вас.

**Рекомендации родителям семилеток:**

**Выслушивайте ребенка.** Не игнорируйте его вопросы. Слушайте ребенка, какими бы нелепыми вам не казались его высказывания. Так вы дадите ему понять, что уважаете, повысите его самооценку. Отвечайте полно на все вопросы. Это поможет развить мышление.

**Поощряйте самостоятельность ребенка.** Если не можете объяснить причину запрета, лучше не запрещайте. Помогайте в любых ситуациях. Хвалите даже за незначительные успехи.

**Приглашайте ребенка обсуждать семейные вопросы.** Так он почувствует себя полноправным членом семьи. Не критикуйте его предложения.

**В семье предъявляйте общие требования к ребенку.** Попросите членов семьи сформулировать одинаковые требования. Это нужно, чтобы четко разграничить разрешенные и запрещенные поступки.

**Учите ребенка просить о чем-то в приемлемой форме.** Покажите ему возможные способы справиться с гневом. Можно побить подушку, попрыгать, порвать ненужную бумагу и др.

### ***Кризис 7 лет.***

Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, в 6 или 7 лет, он в какой-то момент своего развития проходит через кризис. Этот перелом может начаться в 7 лет, а может сместиться к 6 или 8 годам. Важно, как ребенок переживает ту систему отношений, в которую он включен, - или они стабильные, или резко меняющиеся. Изменилось восприятие своего места в системе отношений – значит, меняется социальная ситуация развития, и ребенок оказывается на границе нового возрастного периода.

Причина кризиса состоит в том, что ребенок перерос ту систему отношений, в которую он включен. Кризис 3 лет был связан с осознанием себя как активного субъекта в мире предметов. Произнося "я сам", ребенок стремился действовать в этом мире, изменять его. Теперь он приходит к осознанию своего места в мире общественных отношений. Он открывает для себя значение новой социальной позиции

– позиции школьника, связанной с выполнением высоко ценимой взрослыми учебной работы. Формирование соответствующей внутренней позиции коренным образом меняет самосознание ребенка. Как считает Л. И. Божович, кризис 7 лет-это период рождения социального "я" ребенка. Изменение самосознания приводит к переоценке ценностей. То, что было значимо раньше, становится второстепенным. Старые интересы, мотивы теряют свою побудительную силу, на смену им приходят новые. Все, что имеет отношение к учебной деятельности отметки, оказывается ценным, что связано с игрой, - менее важным. Маленький школьник с увлечением играет, но игра перестает быть основным содержанием его жизни. В кризисный период происходят глубокие изменения эмоциональной сферы ребенка, подготовленные всем ходом личностного развития в дошкольном возрасте. Отдельные эмоции и чувства, которые испытывал ребенок четырех лет, были мимолетными, ситуативными, не оставляли заметного следа в его памяти. То, что он периодически сталкивался с неудачами в каких-то своих делах или иногда получал нелестные отзывы о своей внешности и испытывал по этому поводу огорчение, не влияло на становление его личности. Лишь немногие дошкольники приобретают высокий уровень тревожности и заниженные представления о себе; чтобы это произошло, в семье должна быть особая атмосфера недовольства и высокой требовательности. И, наоборот, в обстановке захваливания и восхищения вырастают дети с непомерно высокой даже для дошкольного возраста самооценкой; их тоже мало.

### *Симптомы и особенности протекания кризиса семи лет*

К концу дошкольного возраста ребенок резко меняется. Возраст 6-7 лет называют возрастом «вытягивания» (ребенок быстро вытягивается в длину) или возрастом смены зубов (к этому времени обычно появляются первые постоянные зубы). Однако главные перемены состоят не в изменении его внешнего вида, а в изменении поведения.

Ребенок начинает без всякой причины манерничать, капризничать, ходить не так, как ходил раньше. Также может появиться замкнутость, неуправляемость.

Основным симптомом кризиса семи лет является утрата детской непосредственности. Вычурное, искусственное натянутое, поведение ребенка бросается в глаза и кажется очень странным, как раз и является одним из наиболее очевидных проявлений этой потери непосредственности.

Как отмечал Л. С. Выготский, главная причина детской непосредственности – недостаточная дифференцированность внешней и внутренней жизни. По внешнему поведению ребенка взрослые легко могут прочесть, что думает, чувствует и переживает дошкольник. Потеря непосредственности свидетельствует о том, что между переживанием и поступком «вклинивается» интеллектуальный момент – ребенок хочет что-то показать своим поведением, придумывает для себя новый образ, хочет изобразить то, чего нет на самом деле. Его переживания и действия интеллектуализируются, опосредуются представлениями и знаниями о том, «как надо».

В этот период возникают новые трудности в отношениях ребенка с близкими взрослыми. На седьмом году жизни возникает новая реакция на указания взрослых: в привычных ситуациях ребенок никак не реагирует на просьбы или замечания родителей, делает вид, что не слышит их. Если раньше ребенок без всяких проблем выполнял режимные моменты, то теперь в ответ на приглашение идти обедать или спать он никак не реагирует, как бы игнорируя призывы близких взрослых. В этом же возрасте появляются непослушание, споры со взрослыми, возражения по всяким поводам.

В семье дети начинают демонстрировать нарочито взрослое поведение. Ребенок может изображать конкретного члена семьи, или стремится к выполнению «взрослых» обязанностей.

Эти внешние особенности так же, как и склонность к капризам, эмоциональным реакциям, конфликтам, начинают исчезать, когда ребенок выходит из кризиса и вступает в новый возраст.

### *Профилактика негативных проявлений кризиса семи лет*

Причина негативных реакций ребенка - несоответствие родительских отношений и требований с желаниями и возможностями ребенка. Родителям следует изменить свое отношение к ребенку - он уже не маленький - внимательнее относится к его мнениям и суждениям.

Нужно постараться быть более внимательным к своему ребенку, проявлять больше любви, тепла, ласки, чаще говорить ему, что его любят и скучают без него.

Для детей будет полезно выполнение специальных заданий, поручений, «своих» дел.

Их необходимо больше занимать продуктивными видами деятельности - рисованием, лепкой, конструированием, аппликацией. Заставлять их играть не следует,

лучше предлагать им специальные игры-задания (задачи на выполнение действия по образцу, задачи, требующие инициативы и самостоятельности). На учебных занятиях таким детям необходимо предлагать задания, имеющие вид учебной задачи, более сложные, дающие продуктивный результат.

Во время занятий рекомендуется делать больше пауз - музыкальных, физкультурных. Упрекать детей за неуспех не стоит, наоборот, необходимо их чаще хвалить, ставить в позицию «первых», «лучших», проводить сравнения в их пользу.

Рекомендуется предлагать больше заданий на развитие воображения, фантазии, творческой инициативы (игры в «театр», придумывание сказки с продолжением «по цепочке»). Инсценировки и чтение сказок по ролям. Творческие задания в продуктивной деятельности - вылепить из пластилина «чудо-юдо», кто как себе его представляет, нарисовать, кто как увидел зимний лес на прогулке, вырезать из бумаги «волшебное животное», какого нет на свете и т.п. Такие задания будут стимулировать развитие важнейшей предпосылки перехода к учебной деятельности - знаковой функции.

Родителям можно порекомендовать тихие беседы перед сном, вечерние разговоры о том, что случилось у ребенка за день. Важно иногда ставить его в позицию «старшего», «взрослого», когда на него возлагается «ответственность». Для этого можно оставлять его в группе за старшего (когда уходит воспитатель), назначать ответственным за тишину, за игрушки. Можно устроить «день перевертышей», когда в ролях воспитателя, няни, медсестры будут сами дети. Дома для детей полезно выделить специальные поручения, выполняя которые, они бы видели результат и чувствовали его важность для всей семьи (например, содержать в чистоте обувь всех членов семьи, кормить кошку, поливать цветы).

Если в поведении ребенка фиксируется негативная симптоматика, то взрослый не должен вступать с ребенком в пререкания, не стоит настаивать на принятии своего мнения, угрожать репрессиями, поддразнивать его, «торговаться» за хорошее поведение, особенно в присутствии других детей, нельзя относиться к такому «трудному» ребенку предвзято, наказывать сразу «за все». Если не получилось избежать конфликтной ситуации, лучше на время не замечать ребенка, (поскольку негативная симптоматика направлена на взрослых, то в отсутствие зрителя она быстро затухает, а потом вести себя так, будто ничего не случилось, найти возможность похвалить его за что-либо. Наедине можно поговорить с ребенком, но, не подчеркивая свое снисходительное к нему отношение, не демонстрировать свою авторитетность. Лучше, наоборот, ставить его в позицию «имеющего право голоса», «большого». Очень полезно создавать для ребенка такие ситуации, когда само хорошее поведение стало бы целью (можно устроить «день послушания» и провести его без единого замечания, «день добрых дел», «день вежливости», играть можно командами).

Для формирования у ребенка позиции школьника и предпосылок перехода от игры к учению рекомендуется уделять внимание формированию произвольного поведения, умения планировать свои действия, видеть их результат. Для этого можно предложить детям распланировать свой день самостоятельно, попросить ребенка рассказать, как можно мысленно пройти от сада до дома, дать задание придумать, как можно нарисовать, вылепить, вырезать что-либо. Необходимо учить ребенка простейшим навыкам учебной работы - умению принять задачу, описать средства ее выполнения и т. д.

В связи с этим полезны задания на формирование самостоятельности, самоконтроля, навыков учебного труда, т.е. такие, которые «учат учиться», можно вместе

с детьми проводить небольшие опыты в живом уголке, физические эксперименты, а потом просить их объяснить по-своему суть наблюдаемых явлений: почему кипит вода в чайнике, почему весной появляется зеленая трава, а осенью желтеет. Очень полезно применение заданий с самоконтролем: например, родителям можно посоветовать завести для ребенка календарь, в котором он бы отмечал выполнение своих постоянных поручений цветными фломастерами.

Использование приведенных здесь рекомендаций будет способствовать профилактике негативных проявлений «кризиса семи лет» и оптимизации подготовки детей к школе.