

Кризис 7 лет – это важный и закономерный переход от дошкольного детства к новой социальной роли – роли ученика. Внутренние изменения часто проявляются внешне в **непослушании, кривлянии, манерничанье («как будто говорит не своим голосом»), пререканиях, повышенной утомляемости и раздражительности**. Это не значит, что ребенок «испортился» – это значит, что его психика активно перестраивается.

Что происходит?

- Формируется **«социальное Я»**: ребенок осознает себя как ученика, члена коллектива, начинает ценить мнение сверстников и учителя.
- Появляется **внутренняя жизнь**: он учится скрывать некоторые чувства (обиду, зависть, страх), начинается разрыв между внутренним переживанием и внешним выражением. Отсюда могут взяться «секреты» и первая детская ложь.
- **Утрачивается детская непосредственность**: перед тем как что-то сделать, он обдумывает последствия. Появляется **самооценка**, которая сильно влияет на его поведение.

Как помочь? Стратегии и практики для родителей

1. **Уважайте его новые чувства и переживания.** Ваша задача – стать «контейнером» для сложных эмоций.
 - **Вместо:** «Что ты строишь из себя несчастного?» или «Хватит кривляться!».
 - **Лучше скажите:** «Я вижу, ты сейчас злишься/расстроен. Это нормально. Хочешь рассказать?», «Похоже, тебе было неприятно, когда ребята не приняли тебя в игру. Давай подумаем, что можно сделать в другой раз».
2. **Давайте посильную ответственность и важные поручения.**
 - Это укрепляет самооценку и дает ощущение взрослости. Пусть у него появится **реальная зона ответственности**: поливать цветы, кормить питомца, накрывать на стол для ужина, собирать свой портфель (сначала по списку-напоминалке), отвечать за чистоту своего письменного стола.
 - **Важно:** Не переделывать за ним и хвалить за старание, а не только за идеальный результат.
3. **Четкие правила и ритуалы – основа безопасности.**
 - Ребенок в кризисе активно проверяет границы. Ваша последовательность («мы договаривались, что...») дает ему внутреннюю опору. Четкий режим дня, особенно перед школой, снижает тревогу.
4. **Играйте в игры с правилами – это лучшая подготовка к школе.**
 - Они учат следовать инструкции, ждать своей очереди, проигрывать и выигрывать, контролировать импульсы.
 - **Что играть:** любые настольные игры («Лото», «Дженга», «Халли-Галли», детские стратегии), классики, подвижные игры с четкими правилами («Съедобное-несъедобное», «Вышибалы»).
 - **Проигрывайте сценарии:** «Давай сыграем в игру «Самый вежливый день». Кто больше скажет «волшебных слов»?» или «Давай представим, что ты забыл дома пенал. Как поступишь?».

5. Исследуйте готовность к школе через беседу и игру.

Вместо прямого вопроса «Ты хочешь в школу?», который часто дает шаблонный ответ, задавайте **открытые вопросы**, раскрывающие внутреннюю картину:

- **Про мотивацию:** «Как ты думаешь, что самое интересное бывает в школе?», «Чему ты хочешь научиться в первом классе?», «Кем работает человек, который все умеет читать и писать?».
- **Про правила:** «Как ты думаешь, можно ли на уроке вставать и ходить, когда захочется? А почему?», «Что будет делать учитель, если дети на уроке все кричат и не слушают?».
- **Про отношения:** «Если ты увидишь, что мальчик на перемене плачет, что можно сделать?», «Как познакомиться с новыми ребятами в классе?».
- **Про эмоции:** «Из-за чего можно расстроиться в школе? А что может помочь?», «Кому ты расскажешь, если что-то не получится?».

6. Формируйте позитивный, но реалистичный образ школы.

- Рассказывайте забавные истории из своей школьной жизни, показывайте фотографии.
- **Играйте «в школу», но не в «уроки»**, а в ее социальную жизнь: смена уроков и перемен, поднятие руки, обед в столовой, собрание портфеля. Пусть ребенок побудет и в роли учителя.
- **Не пугайте школой** («Вот пойдешь, там тебе покажут!»).
- **Не превращайте подготовку в суровую обязанность.** Лучше 15 минут регулярных игр на развитие внимания (лабиринты, «Найди отличия»), чем час скучного сидения за прописями.

Помните: Кризис 7 лет – это не проблема, а показатель роста. Ваше спокойное принятие, вера в ребенка и игровая поддержка помогут ему уверенно перейти на эту важную новую ступеньку.