**Кризис 7 лет.**

Кризис 7 лет у ребенка является результатом социального развития и определенных образовательных норм. Среди всех возрастных кризисов это единственный, регулируемый и спровоцированный человечеством, поскольку связан социальной необходимостью получения образования в четко отведенные сроки. В тех обществах, где нет необходимости осваивать знания в государственных заведениях (отсутствие таковой или возможность выбора домашнего обучения) или же при отсутствии четких временных рамок начала образования подобные кризисы не возникают. Именно поэтому имеет смысл называть возрастной кризис 7 лет образовательным или учебным, поскольку детерминируется он исключительно образовательной программой.

В других кризисах развития ведущую роль занимает разрешение внутренних проблем личности, возникающих на фоне новообразований психики и несоответствия прошлого социального положения ребенка его появившимся возможностям и умениям.

Школьный кризис 7 лет подразумевает дезадаптационный период различной длительности в связи с установлением иных категорий социального взаимодействия, столкновения с новыми правилами и новыми людьми. При отсутствии подготовки ребенка период дезадаптации может стать довольно продолжительным и тяжелым, причем для всех окружающих.

Среди наиболее ярких явлений присутствуют формы активного и пассивного протеста новым требованиям, общая невротизация состояния, иногда сопровождающаяся соматизацией (именно этим объяснимо учащение простуд, а не с эпидемиологической ситуацией).

Ребенок, чувствуя изменение своей роли, получения определенной доли ответственности и обязанности, начинает стремиться вести себя, как взрослый. Он и ощущает себя таковым, нередки случаи детального и долгосрочного планирования жизни, имитации поведения взрослых. Тут родители могут в карикатурной форме наблюдать свое поведение дома или отношение к работе – именно их реакции будет воспроизводить ребенок, не сильно задумываясь об уместности и соответствии. Выглядит это все неестественно, манерно, настроение может стать нестабильным вследствие растерянности перед новыми задачами, но попытками соответствовать.

В отношении формирования ведущих психических процессов происходит ключевое и окончательное формирование основных когнитивных функций, мыслительных процессов и воображения. Ребенок формирует свою первую жизненную концепцию, с определенными категориями и признаками добра и зла, начинает самостоятельно различать подобные категории без подсказки. Включение в социум и занимаемое в нем место формирует самооценку и окончательно завершает формирование осознавания себя, как отдельной личности. Это полностью меняет мировосприятие, ведь раньше детская психика ощущала полное единство с миром, воспринимала родительские фигуры, как неделимое продолжение собственного существа.

Проблема кризиса 7 лет заключается в том, что многие родители могут упустить изменения в психологическом состоянии ребенка из-за появившейся нагрузки в виде уроков и расписания. Уделяя большую часть времени воспитательным моментам в соблюдении школьных требований вполне может потеряться эмоциональный контакт, способность замечать истинные проблемы тормозящие обучение.

## Причины.

Выготский кризис 7 лет определял как этап становления социального самовосприятия личности. Основными причинами кризисных переживаний являются внутренние (психофизиологические изменения) и внешние (социальные и общественные нормы) факторы.

Среди психологических факторов появляется потребность активного усвоения собственной новой социальной роли, а также ориентации в иерархической структуре общества. Дети, привыкшие общаться со всеми взрослыми, как с равными себе, долго привыкают к тому, что с учителями необходимо другое поведение. Происходит деление на друзей и отшельников в группе сверстников, появляется потребность не только самопрезентации, но и умения отличать подходящую компанию. Все это очень напоминает взрослую жизнь, поэтому получая обязанности, ребенок начинает активно отстаивать свою самостоятельность и право выбора, причем касается это всех сфер, а не только учебы. Родители часто оказываются не готовы к восприятию своего малыша более взрослым и продолжают применять детсадовский стиль воспитания, на фоне чего возникает множество конфликтов.

Получив официально признанную новую социальную роль, ребенок не имеет достаточного адаптационного опыта для быстрой перестройки или способности поддерживать две модели поведения – маленького и школьника.Отсюда возникает либо стремление к отвержению прошлой роли (отказываясь ложиться рано спать или играть с младшими детьми) или же регрессия (попытки вернуться в садик, жалобы, возвращение к поведению лет пяти). Окончательное осознание себя отдельной личностью формирует два локуса оценки – внешний и внутренний, что формирует более зрелую личность. Ребенок отличает свою оценку собственных поступков и чужую, понимая, что они не всегда идентичны. Это усиливает независимость суждений и поступков, ведь теперь чтобы воспринимать свою личность в позитивных красках, а поступки, как правильные – нет необходимости полного подчинения кому-то. Это может повышать уровень непослушания, ведь расстроенное лицо матери больше не означает, что он поступил действительно плохо – это становится просто ее оценкой ситуации.

Система социальных отношений становится более ранжированной, в ней появляются близкие и формальные взрослые, приятные и незнакомые сверстники. На первых порах наличие такого разнообразия подкатегорий и потребность постоянного тестирования реальности является энергозатратной для детской психики. Ведущей деятельностью остается учебная, в связи с чем уровень напряжения растет во всех направлениях, включая как когнитивные процессы, так и эмоциональную сферу.

Школьные правила и запреты являются внешними факторами, изменяющими психику. Для изучения пределов дозволенного, поиска обходных путей и [манипуляций](https://psihomed.com/manipulyatsiya-lyudmi/), для улучшения собственной жизни ребенок использует не диалоговую модель (присущую на более зрелых этапах развития), а поведенческую. Выглядит это в провокационном поведении, игнорировании, непослушании, саботировании. Цель у подобного поведения одна – проверить насколько действительно крепки и нерушимы правила, насколько родители и учителя поддаются влиянию.

Физиологические изменения (смена зубов, быстрый рост, увеличение силы и мышечной массы, улучшение навыков концентрации и выносливости) предоставляют множество новых возможностей. Вместе с тем именно физические (хоть и позитивные) изменения даются детям тяжело. Они не осознаются, но требуют адаптации, привычная способность контролирования своего тела меняется, что в итоге вызывает состояние постоянной фоновой неосознаваемой тревожности. Довольно трудно понять свою раздражительность, связанную с выработкой привычки аккуратного приложения силы или адаптацией к новым параметрам собственного тела и его пропорций.

## Симптомы кризиса 7 лет.

Особенности кризиса 7 лет проявляются индивидуально и количество времени связано с атмосферой в семье, уровнем понимания родителей, что именно происходит сейчас с ребенком, наличия помощи, поддержки и подготовки к изменениям. Понять, что изменения в жизни даются ребенку тяжело можно по определенной симптоматике. Чаще всего это проявляется непослушанием, так ребенок выражает собственный протест изменения, к которым не готов или число и интенсивность которых превышает привычные нормы психической нагрузки. Это может быть своеобразная попытка вернуть все, как было или показать взрослым, что он не справляется с требуемым объемом или темпом.

Непослушание может включать не только прямой отказ от выполнения требований или просьб, но также проявляться в качестве упрямства в отстаивании своего мнения. Например, школьник согласен делать все уроки, но упорно отстаивает возможность делать это в удобное именно ему время или может не выполнять задания по одному предмету, считая его неинтересным. Часты в поведенческих проявлениях и капризы, появляющиеся чаще всего в ситуациях информационного перегруза или эмоциональной истощенности. Так же, как в три года при помощи плача малыш сигнализировал о неблагополучии реальности, капризы в семилетнем возрасте говорят о неудовлетворительных условиях, в которых он пребывает на данный момент. Если их игнорировать, то следующим этапом может стать соматизация или [нервный срыв](https://psihomed.com/nervnyiy-sryiv/) на фоне едва выдерживаемого напряжения.

Ярко проявляется стремление казаться взрослее, у ребенка 7 лет появляется деловой тон, он может уделить время родителям после того как закончит важные дела (примерно в такой же формулировке он и будет высказываться). Копирование взрослых жестов и поведения, отказ от детских игр – яркие признаки начинающейся социализации. Испуг родителей от того, что палочкой от конфеты имитируются сигареты, на данном этапе не обоснован и никак не говорит о том, что первоклассник курит за углом – это имитация взрослого поведения. В жестах и реакциях появляется много контроля из-за необходимости выполнять требования, соответствовать определенным нормам. Такая вынужденная необходимость приводит к потере спонтанности, а многие начинают вести себя наигранно.

Критика и просьбы воспринимаются негативно, ведь сейчас ребенок считает себя взрослым и максимально оттачивает навык противостояния. Это необходимый в дальнейшей взрослой жизни элемент у первоклашек из-за неумения разграничивать проявляется практически везде. Можно сказать, что главным является отказать, показать свое я, отвергнуть критикующие замечания о возможности другого решения. Но спустя короткий промежуток времени отказ может смениться согласием – он приходит кушать через краткий промежуток после отказа, выполняет совет родителей относительно своей работы. Так может казаться, что появляется непоследовательность поступков и чувств, которая вполне объяснима потребностью реализации умения противостоять.

Замечая, как поменялись правила для него самого, ребенок 7 лет начинает пытаться поменять правила для всей семьи, установить свою власть. В лучшем варианте это будет расписание, по которому должна жить вся семья с определенным временем обеда и выполнения занятий, в худшем это превращается в террор и попытки осуществления любых своих прихотей.

## Рекомендации родителям.

Столкнувшись с огромным количеством новых обязанностей, ребенок нервно реагирует на любые требования и долженствования. Все свои пожелания нужно формулировать с целью актуализации собственного интереса у ребенка или потребности их выполнить. Приказы или даже просьбы могут восприниматься негативно. Требования относительно поведения лучше не произносить, а показывать собственным примером. Если таких ситуаций не возникает можно показывать соответствующие фильмы или рассказывать истории, без указания на долженствование соответствовать. Дети на данном этапе жадно поглощают информацию о правилах существования в социуме, поэтому легко схватывают такие завуалированные послания.

Чтобы снизить уровень стресса, исключайте сразу игровую деятельность из жизни ребенка, заменяя ее учебной. У него должен оставаться промежуток привычного мира, где можно отдохнуть и расслабиться. Хорошо еще перед школой проводить обучающие подготовительные занятия, касающиеся не только изучения базовых знаний, но и относительно форм воспитания (необходимость придерживаться расписания, уважать взрослых и прочее). Поощряйте достижения, связанные не только с когнитивными функциями, но и умения устанавливать и ориентироваться в социальном взаимодействии. Первую хорошую оценку можно отметить семейной прогулкой, а приобретение новых друзей поощрить детскими посиделками у вас в гостях с фруктами.

Важно уважать решения, принятые ребенком. В качестве коррекции может подойти напоминание, например о том, что в прошлый раз гулять на голодный желудок было неприятно, а эксперименты с внешностью лучше оставить до отзыва сверстников. В случае возникновения спора не давите авторитетом и не запрещайте чего-то без аргументов, таким образом, вы поощряете прямой протест или упрямство. Разговаривая с применением фактов, вы не только узнаете мотивацию ребенка, но и получите возможность высказаться и услышать его. Любой диалог оставляет между вами контакт, что является более значимым, чем формальное сохранение позиций. Кризисов и тяжелых моментов впереди еще много и важна подсознательная уверенность в родительской поддержке, дающая возможность посоветоваться в спорных вопросах и получить защиту или дельный совет в случаях, когда невозможно справиться самостоятельно.