**Учитесь понимать своего ребенка**

Провожая ребенка в первый класс, многие родители облегченно выдыхают: давешний кроха вырос, стал самостоятельным, самое время расслабиться… Но покладистый малыш внезапно начинает перечить взрослым, поступать вопреки их просьбам, всячески проявлять характер. Не стоит пускать процесс на самотек, но и хвататься за голову, а тем более за ремень не спешите — кризис семилетнего возраста нормальное явление, редкое чадо он обходит стороной. Так что же делать, если ребенок не слушается в 7 лет? Советы психолога помогут вам вновь наладить отношения в семье.

Тревожные признаки

Часто родители, заметив неприятные изменения в поведении ребенка, стремятся любой ценой отстоять свой авторитет, не особенно вникая в ситуацию: жестко отчитать, лишить сладкого, шлепнуть по попе. Возможно, в случае обычного каприза ребенка это бы помогло, но сейчас все повторяется: кризис 7 лет обычно затягивается на несколько месяцев. О его приходе можно догадаться по характерным признакам:

* Исчезновение детской непосредственности. Ребенок, достигший школьного возраста, всегда обдумывает свои поступки заранее, что несвойственно малышам, действующим по настроению;
* Манерность. Как порой раздражают кривляния ребенка, например, его новая привычка говорить писклявым голосом! Другая крайность — постоянные умничанья, рассуждения о «взрослых» проблемах, встревания в разговор;
* Скрытность. Если трехлетку кто-то обидит в песочнице, об этом тут же узнает весь двор. Первоклассник — другой случай, очень часто родители и не подозревают о внутренних переживаниях и страхах своего ребенка, настолько умело он прячет негативные эмоции, понимая взрослость как умение самому решать проблемы;
* Непослушание. Отпрыск делает вид, что не слышит указания взрослых или демонстративно поступает наоборот. В 7 лет ребенок может внезапно отказываться мыть руки, идти спать или обедать, убрать игрушки, хотя раньше споров по этим вопросам не возникало.

Обнаружив у ребенка подобную симптоматику, наберитесь терпения — это пройдет. Потакать капризам нельзя, но превращать конфликты в настоящую войну не стоит. Обдумывая тактику действий, родители должны четко понимать, почему так изменился их всегда послушный ласковый малыш.

Причины кризиса 7 лет

Когда ребенок не слушается, ведет себя вызывающе и грубо, сложно сохранить спокойствие, так и подмывает хорошенько шлепнуть наглеца. Не стоит этого делать — доверие будет потеряно окончательно. Задумайтесь, зачем чадо привлекает к себе внимание. Психологи выделяют несколько причин, объясняющих сложности возраста 7 лет:

* Физиология. Замечали, как вытягиваются за одно лето будущие первоклашки? Примерно в 7 лет начинается очередной скачок роста, иногда настолько стремительный, что организм воспринимает непривычное состояние как стрессовое.
Плюс ко всему продолжается смена молочных зубов коренными, что тоже причиняет ребенку некоторый дискомфорт;
* Смена социальной роли, ведущей деятельности. Раньше ребенок был просто сыном (или дочкой), а большую часть его времени занимали различные игры. Теперь ему необходимо освоить новую роль, стать учеником и прилежно учиться, отодвинув развлечения на второй план. Смена привычного уклада вызывает у маленького человека растерянность;
* Желание угодить. Очень просто начинать что-то новое, но со временем любое занятие приедается. Так происходит в 7 лет со школой: горящий энтузиазмом ребенок становится апатичным, плаксивым. Малыш помнит, какие надежды возлагают на него родители, и ждет похвалы от учителя, хочет оказаться успешным учеником. Возникает противоречие между усталостью и стремлением отличиться;
* Проявления индивидуальности. В 7 лет дети пересматривают позиции ближайшего окружения — семьи. Первоклашки ожидают, что с их взрослением будут считаться, их мнение будут учитывать. Именно этим объясняется упрямство и непослушание по мелочам. Ребенку просто не хватает внимания.

Капризы в ребенка 7 лет бывают спровоцированы обидой за не купленную игрушку или запрет на просмотр мультфильма. Время истерик по малейшему поводу прошло, теперь у детского негатива всегда есть скрытая причина.

Что делать — советы психолога

Детские психологи, говоря о кризисе 7 лет, всегда рекомендуют избегать физических наказаний и психологического давления. Подобные методы ожидаемых результатов не принесут, только усугубят ситуацию. Несколько советов помогут справиться со сложностями достойно:

* Договаривайтесь. Умейте не только приказывать, но и слушать. Не ставьте ребенка перед фактом, обговаривайте те решения, которые непосредственно его касаются: необходимость посещать продленку, поездка к бабушке на каникулы, занятия в музыкальной школе. Заранее определите, какие вопросы обсуждению не подлежат – безопасность, здоровье. Всегда выполняйте свои обещания, данные ребенку;
* Давайте поручения. Ребенок не слушается, стремясь к самостоятельности, уважению? Прекрасно, в 7 лет он способен помочь по дому — полить цветы, вытереть пыль, подмести. Такое доверие поднимет чаду самооценку без некрасивых сцен. Не забывайте похвалить ребенка, обязательно громогласно доложите всем домочадцам, как он выручил вас своей помощью, пусть почувствует себя значимым, авторитетным;
* Не заостряйте внимание на неудачах малыша. Многие мамы и папы очень раздражаются, видя плохие оценки за элементарные ошибки. В 7 лет ребенок остро переживает родительское неодобрение, перестаньте бесконечно укорять его, с кем-то сравнивать. Вы же любите его не за успеваемость?;
* Не озвучивайте поручения категорическим тоном. Пусть это будет настоятельная просьба. Встретив возражения, добавьте голосу твердости или используйте физический контакт: возьмите ребенка на руки, посмотрите в глаза, добейтесь ответного внимания. Обязательно спросите о причине отказа, найдите компромисс;
* Выделите время на доверительную беседу. Даже будучи очень занятым человеком можно посвятить четверть часа собственному ребенку. Расспросите его, как прошел день, что нового в школе, с кем он дружит, с кем поссорился и почему. Привычка обсуждать с вами события личной жизни останется на долгие годы. Подростковый возраст тоже недалеко — готовьте почву заранее;
* Пресекайте попытки манипуляции. Демократическое воспитание не меняет ведущих ролей, родители остаются высшей властью. Позволив манипулировать собой, взрослые теряют авторитет;
* Не наказывайте ребенка показным равнодушием, оно ранит сильнее криков и ремня. Ваша злость скоро пройдет, а детская психика серьезно пострадает;
* Будьте примером. Соблюдайте установленные правила, поддерживайте семейные традиции.
* Беседуя с родителями первоклашек и давая им советы, психологи часто говорят, что беспрекословное послушание в этом возрасте куда подозрительнее постоянных проказ, поэтому не спешите огорчаться, если ребенок в 7 лет вас не слушается. Теперь вы знаете что делать, пусть советы психолога помогут сохранить доверительные отношения.