

БК: @child__psychology
ТГ: @to_be_better_childpsychology

Как пережить кризис 7 лет вместе



Что такое кризис 7 лет?

Между 6 и 8 годами ребёнок переживает важный этап:
формируется внутренний взрослый.

Ребёнок начинает:

- сомневаться в авторитетах,
- критически воспринимать мир,
- проявлять больше воли и самостоятельности.

 Это НЕ «сломался» характер, а нормальный этап развития.



Почему это происходит?

В 7 лет происходит внутренний переход:

- мышление становится логическим,
- эмоции — более сложными,
- растёт потребность в признании и успехе.

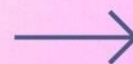
Это похоже на «мини-взросление». Ребёнок осознаёт: *«Я уже не маленький, но ещё и не взрослый»*. И это внутренне расшатывает.



Как родителям помочь?

- Сохранять спокойствие, даже когда «тестирует границы».
- Говорить:
 - «Ты не плохой — ты растёшь»
 - «Я рядом, даже если злишься»
- Давать больше выбора и пространства:
 - «Ты сам решаешь — рубашку с котиком или с машинкой?»

 Это период, когда важно поддержать, а не подавить.



Что укрепляет ребёнка в этом возрасте?

- Похвала за усилия, а не только за результат
- Игровая терапия, рисование, сказки — как способ прожить эмоции
- Ритуалы: вечерние разговоры, «минута гордости за день»
- Родительская устойчивость — ребёнок учится на примере вашей реакции

«Ты можешь ошибаться, но ты важен и любим — всегда».



Главное, что нужно помнить

Кризис 7 лет — это не «непослушание», а **внутренний рост.**

Как у бабочки, которой тесно в коконе.
Она сопротивляется, меняется и —
становится собой.

- Не ругать, а быть рядом.
- Не читать нотации, а помогать понять себя.
- Не подгонять, а идти в ритме ребёнка.

Так растёт не только он, но и
укрепляются ваши отношения.