

Особенности разных возрастных периодов детей

Что делать, если...

..у Вас **КОНФЛИКТНЫЙ** ребенок

..у Вас **ЗАСТЕНЧИВЫЙ** ребенок

..у Вас **БЕСПОКОЙНЫЙ** ребенок

..у Вас **ЗАМКНУТЫЙ** ребенок

..у Вас **АГРЕССИВНЫЙ** ребенок

..у Вашего ребенка нарушена **САМООЦЕНКА**...

Что делать, если...у Вас **КОНФЛИКТНЫЙ ребенок**

Определите причины:

Возможно, конфликтность - следствие эгоистичности ребенка. Если дома он - центр внимания и малейшее его желание выполняется, то ребенок ждет такого же отношения к себе и со стороны других детей. Но, не получая желаемого, он начинает добиваться своего, провоцируя конфликты.

Возможно, ребенок "заброшен", ему не хватает в семье заботы, внимания, он испытывает обиду и злость и вымещает в ссорах накопившиеся в его душе чувства.

Возможно, ребенок часто является свидетелем ссор между родителями или другими членами семьи и просто начинает подражать их поведению.

Конфликтное поведение ребенка - это сигнал, что и с вами, уважаемые родители, что-то не так. Поэтому будьте готовы изменить свое поведение.

Как себя вести с конфликтным ребенком:

Сдерживайте стремление ребенка провоцировать ссоры с другими. Обращайте внимание на недружелюбные взгляды детей друг на друга или бормотания ребенка чего-либо с обидой.

Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребенка в ее возникновении и защищая своего; старайтесь объективно разобраться в причинах конфликта.

После ссоры обсудите с ребенком причины ее возникновения, определите неправильные действия ребенка, которые привели к конфликту; попытайтесь найти иные возможные способы выхода их конфликтной ситуации.

Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения с другими: он может утвердиться в мысли, что конфликты неизбежны, и будет продолжать провоцировать их.

Не всегда следует вмешиваться в ссоры детей: только если во время ссор один всегда побеждает, а другой выступает "жертвой", следует прерывать их контакт, чтобы предотвратить формирование робости у побежденного.

Советуем поиграть:

Попросите ребенка нарисовать его друзей, потом рассказать что-нибудь о каждом.

С компанией детей сочините сказку, так чтобы каждый по очереди добавлял свое предложение. Такое придумывание сказки помогает детям выразить свою индивидуальность, высказать мысли, учит адекватным способам взаимодействия - взаимопомощи, умению спокойно выслушать собеседника.

Что делать, если...у Вас **ЗАСТЕНЧИВЫЙ ребенок**

Определите причины:

Чаще всего застенчивость - результат реакции на эмоцию страха, которая возникла у ребенка в определенный момент при взаимодействии с другими людьми и закрепились.

Работа по преодолению застенчивости требует осторожности и деликатности, так как застенчивые дети могут отреагировать на вмешательство взрослых совсем не так, как вы ожидаете.

Как себя вести с застенчивым ребенком:

Расширяйте круг знакомств ребенка, чаще приглашайте к себе друзей, берите малыша в гости, расширяйте маршруты прогулок, учите его спокойно относиться к новым местам.

Не стоит постоянно беспокоиться за ребенка, стремиться полностью оберегать его от всевозможных опасностей, в основном придуманных вами; не старайтесь сами сделать все за ребенка, предупредить любые затруднения, дайте ему определенную меру свободы и открытых действий.

Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах.

Привлекайте ребенка к выполнению различных поручений, связанных с общением, создавайте ситуации, в которых застенчивому ребенку пришлось бы вступать в контакт с "чужим" взрослым.

Помочь ребенку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться нужно, пока ребенок еще маленький, ведь с возрастом застенчивость может закрепиться, стать стилем поведения, затрудняющим жизнь.

Советуем поиграть:

Во время утренней гимнастики выполняйте разные упражнения, подражая животным: потянуться как кошка, вытянуть шею как жираф и т.д. Такая игра способствует раскрепощению.

"Колдун" заколдовал ребенка так, что он потерял голос. На все вопросы он должен отвечать только жестами и мимикой. Игра направлена на овладение неречевыми средствами общения.

"Сказка". Предложите ребенку с вашей помощью придумать сказку о человеке, которого зовут так же, как его, опираясь на значение и звучание имени. Например: Марина - морская сказка о девочке, живущей в море. Игра способствует лучшему осознанию себя, развитию умения говорить о себе без стеснения, оценке лучших своих сторон.

Что делать, если...у Вас БЕСПОКОЙНЫЙ ребенок

Определите причины:

Если эмоциональная неустойчивость (то смех, то слезы, то обида, то истерика) появилась неожиданно и вы вдруг стали замечать, что ребенок начал обостренно эмоционально реагировать на все происходящее вокруг, то причиной может быть:

Кризисный возраст (6-7 лет). Ребенок учится управлять своими эмоциями, проявлять их адекватно ситуации, но это пока не очень хорошо получается.

Недостаточно сильно развитое торможение. Ребенок непосредственно, импульсивно реагирует на происходящее, так как не может задержать эмоцию, оставить ее при себе. Торможение поддается тренировке (начиная с 5-6 лет).

Незнание ребенка, как ему выразить свое настроение, отсутствие навыков владения способами проявить свою эмоцию.

Неблагоприятные отношения внутри семьи, из-за которых ребенок сильно переживает, накопленное напряжение, выплескивающееся в эмоциональных реакциях.

Как вести себя с беспокойным ребенком:

Избегайте крайностей: нельзя позволять ребенку делать все, что ему заблагорассудится, но нельзя и все запрещать; четко решите для себя, что можно и что нельзя, и согласуйте это со всеми членами семьи.

Своим поведением показывайте ребенку пример: сдерживайте свои эмоции, ведь он подражает вам в поведении.

Уделяйте ребенку достаточно внимания, пусть он никогда не чувствует себя забытым, но в то же время объясните ребенку, что бывают моменты, когда у вас есть другие заботы, надо это понять и принять.

Помните, что истерические приступы чаще всего связаны со стремлением обратить на себя внимание или вызвать жалость и сочувствие. Не надо потакать ребенку, не надо изменять своих требований, лучше, когда ребенок успокоится, объяснить ему, почему вы поступили так, а не иначе.

Помните, что управлять сложным миром эмоций даже взрослому человеку подчас бывает трудно. Не требуйте от ребенка чрезмерного самоконтроля и наберитесь терпения.

Советуем поиграть:

Необходимо познакомить вашего ребенка с несколькими основными эмоциями и с тем, как они проявляются.

Научите вашего малыша расслаблять мышцы. Часто эмоциональная неустойчивость у ребенка соседствует с двигательной закрепощенностью, беспокойным сном, сильным внутренним напряжением.

Во время чтения сказок, любых совместных игр просите ребенка мимикой показывать чувства героев: радость, интерес, удивление, печаль, страх, гнев.

Обращайте внимание ребенка на то, как приятно состояние ненапряженности, спокойствия. После подвижных игр предложите ему превратиться в соню, лентяю, расслабив при этом все мышцы тела.

Хорошо, если в минуты расслабления в комнате будет звучать тихая, спокойная музыка.

Что делать, если...у Вас ЗАМКНУТЫЙ ребенок

Определите причины:

В отличие от застенчивого ребенка, который хочет общаться с другими, но не умеет этого делать, замкнутый ребенок не хочет и не знает, как общаться.

Истоки замкнутости лежат в раннем детстве. В младенчестве для таких детей характерны беспокойность, плаксивость, общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушение сна в связи с малейшими изменениями в укладе жизни. Позднее появляется страх перед чужими людьми, долго не проходящее беспокойство и скованность при попадании в новую ситуацию. Как правило, такие дети очень привязаны к матери и очень болезненно переносят даже непродолжительное ее отсутствие.

Как вести себя с замкнутым ребенком:

Расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.

Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком.

Стремитесь сами стать для ребенка примером активно общающегося человека.

Если вы заметите, что, несмотря на ваши усилия, ребенок становится все более замкнутым и отстраненным, обратитесь за консультацией к психологу, который профессионально поможет решить эту проблему.

Чудес не бывает: замкнутость не пройдет за один день по взмаху "волшебной палочки".

Наберитесь терпения и приготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.

Советуем поиграть:

"Незнайка". Взрослый задает ребенку различные вопросы, а тот только разводит руками и пожимает плечами. Игра способствует развитию выразительных жестов.

Попросите ребенка рассказать о его сильных сторонах: о том, что он любит, ценит, принимает в себе; о том, что дает ему чувство уверенности в себе. Если ребенку трудно, можно говорить по очереди: сначала он, потом вы, затем снова он и т.д.

"Закончи предложение". Предложите ребенку посочинять, закончить фразу (Я хочу... Я умею... Я смогу... Я добьюсь...).

Совместные настольные игры. Хорошо, если участвуют несколько детей.

Фантастический рисунок (фигура). Предложите ребенку начать рисовать (лепить) что-то неожиданное. Через некоторое время обменяйтесь с ним рисунками, пусть он завершит вашу, а вы закончите его работу.

Любые сюжетные игры. "Как будто" (например: представь, как будто тебя пригласили на передачу "Смак").

Что делать, если...у Вас АГРЕССИВНЫЙ ребенок

Определите причины:

Иногда агрессия ребенка - часть протеста против чрезмерных требований взрослых. Это встречается в семьях, где родители переусердствовали в отношении каких-либо действий, которые они считают необходимыми.

Агрессивные реакции могут появляться в ответ на невыполнение желаний ребенка. Далеко не все разнообразные "хочу" ребенка могут быть выполнены без неприятных последствий для самого ребенка и взрослых, так что требования ребенка необходимо ограничивать. В таких ситуациях

можно попробовать перевести активность ребенка в другое русло, это поможет избежать конфликта. Агрессия может быть следствием переживаний, связанных с обидой, ущемленным самолюбием.

Как вести себя с агрессивным ребенком:

Помните, что запрет и повышение голоса - самые неэффективные способы преодоления агрессивности; лишь определив причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет преодолена. Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, сместите ее на другие объекты: разрешите ему поколотить подушку и увидите, что в реальной жизни в данный момент агрессивность снизилась.

Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения, не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы "мести".

Пусть ваш ребенок в каждый момент времени чувствует, что вы его любите, цените и принимаете его, не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть.

Советуем поиграть:

Совместные настольные игры со сверстниками или взрослыми.

"Брыкание". Ребенок ложится на ковер на спину и медленно начинает брыкаться, касаясь то правой, то левой ногой пола. Постепенно увеличивается скорость и сила брыкания. На каждый удар ребенок говорит "нет", увеличивая интенсивность удара.

"Карикатура". Вместе с ребенком обсудите, какие качества ему нравятся и не нравятся в других (в конкретном человеке). Пусть ребенок нарисует портрет этого человека в шутовском виде.

Сделайте вместе с ребенком куклу "Бобо". К старой подушке пришейте руки и ноги, из кусочков ткани сделайте "лицо". Такую куклу ребенок может спокойно бить и пинать, вымещая на ней накопившиеся за день негативные чувства. Безболезненно выразив свою агрессию, ребенок становится более спокоен в повседневной жизни.

Что делать, если...у Вашего ребенка нарушена САМООЦЕНКА...

Определите причины:

Мы постоянно сравниваем себя с другими людьми и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка.

В поведении ребенка можно увидеть такие проявления самооценки:

активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт - вот те качества, которые свойственны детям с адекватной самооценкой;

пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с заниженной самооценкой;

при завышенной самооценке дети во всем стремятся быть лучше других.

В дошкольном возрасте самооценка очень подвижна. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, реакция на его успехи и неудачи - все это оказывает влияние на отношение ребенка к себе.

Как вести себя с ребенком, у которого нарушена самооценка.

Если вы заинтересованы в формировании адекватной самооценки:

Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не по силам. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.

Не перехватывайте инициативу у ребенка, поощряйте его начинания, пусть он чувствует себя лидером, но также покажите, что другие могут быть лучше его.

Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает.

Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.

Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.

Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

Советуем поиграть:

Очень хороши традиционные игры: ПРЯТКИ, ЖМУРКИ.

"Зеркало". Один ребенок - "зеркало", он должен "отражать" (повторять) все движения того, кто в него "смотрится".

"Путаница". Дети стоят в кругу и держатся за руки. Не разжимая рук, они запутываются, кто как сможет. Водящий должен их распутать, также не разрывая рук игроков.

Рекомендации родителям детей с синдромом дефицита внимания

- В отношениях с ребёнком необходимо придерживаться «позитивной модели»: хвалить его, когда он заслуживает.
- Необходимо избегать повторений слов «нет», «нельзя».
- Следует говорить с такими детьми сдержанно, спокойно и мягко.
- Для подкрепления устных инструкций важно использовать зрительную стимуляцию.
- Необходимо поощрять ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
- В доме важно поддерживать чёткий распорядок дня.
- Ребёнку следует давать только одно задание на определённый отрезок времени, чтобы он мог его завершить.
- Во время игр таких детей нужно ограничивать лишь одним партнёром, избегая при этом беспокойных, шумных приятелей.
- Следует оберегать от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

Важно давать ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе: длительные прогулки, бег, спортивные занятия