

Что делать, если ваш ребенок отличается конфликтностью?



- 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 друг на друга или бормотания 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 его неправильные действия, которые привели к конфликту; попытайтесь найти иные возможные способы выхода из конфликтной ситуации.
- Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения с другими: он может утвердиться в мысли, что конфликты неизбежны, и будет продолжать провоцировать их.

Что делать, если ваш ребенок застенчив?

Чаще всего застенчивость — результат реакции на эмоцию страха, которая возникла у ребенка в определенный момент при взаимодействии с другими людьми и закрепилась. 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 ребенка 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 вступить в контакт с посторонним человеком.
- 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.
- Игра «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 оценке лучших своих сторон, лучшему осознанию себя, развитию умения говорить о себе без стеснения.

Что делать, если ваш ребенок чересчур беспокойный?



Необходимо определить причины беспокойства ребенка.

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 причинами такого поведения могут быть: кризисный возраст .

- Ребенок учится управлять своими эмоциями, проявлять их адекватно ситуации, но это пока не очень хорошо получается;
- возможно, недостаточно развито торможение. Ребенок непосредственно, импульсивно реагирует на происходящее, так как не может сдерживать эмоцию, оставить ее при себе.
- незнание ребенка, как ему выразить свое настроение; отсутствие навыков владения способами проявить свою эмоцию;

- неблагоприятные отношения внутри семьи, которые ребенок сильно переживает, а также 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 всего после того, как 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 ребенка с несколькими основными эмоциями и с тем, как они проявляются.

Упражнение «Тренируем эмоции».

Ребенку предлагается нахмуриться, как осенняя туча, а потом улыбнуться как кот на солнышке. Позлиться, как ребенок, у которого отняли мороженое, а потом испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу. Устать, как папа после работы, а потом отдохнуть, как турист, снявший тяжелый рюкзак. (Можно придумать и другие этюды)

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

Упражнение «Напряжение - расслабление».

Ребенок садится на пол (или приседает на корточки), сгибает ноги в коленях, руками обнимает колени, подбородок прижимает к коленям – напряжение. На счет 8 (1, 2, 3, ... 8) ребенок меняет позу на свободную позу – расслабление.

- 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 спокойствия. После подвижных игр предложите ему превратиться в соню, лентяя, расслабив при этом все мышцы тела. Хорошо, если в минуты расслабления в комнате будет звучать тихая, спокойная музыка.

Что делать, если ваш ребенок замкнутый?



Важно определить причины замкнутости.

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

Советуем поиграть

- Игра «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. -

Упражнение «Закончи предложение». Предложите ребенку посочинять, закончив фразу (Я хочу... Я умею... Я смогу... Я добьюсь...).

- Совместные настольные игры. Хорошо, если в них 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»).