

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Учим ребёнка общаться

Родителям хочется видеть своего ребёнка счастливым, улыбающимся, умеющим общаться с окружающими людьми. Но не всегда ребёнку самому удаётся разобраться в сложном мире взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Задача взрослых - помочь ему в этом.

Способность в общении включает в себя:

1. Желание вступать в контакт с окружающими («Я хочу!»)
2. Умение организовать общение («Я умею»), включающее умение слушать собеседника, умение эмоционально сопереживать, умение решать конфликтные ситуации.
3. Знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении с окружающими («Я знаю»).

В возрасте 3-7 лет ведущей является игровая деятельность, а ведущими потребностями становятся потребность в самостоятельности, новых впечатлениях и в общении. Большинство родителей уверены в том, что ребёнку нужны тёплый дом, хорошая еда, чистая одежда, хорошее образование и стараются всем этим обеспечить своих детей. Но не всегда хватает времени, душевных сил и просто знаний о том, как помочь ребёнку в его трудностях, как стать не просто родителями, настоящим другом. Отдельно хотелось бы рассмотреть типичные трудности в общении дошкольника – конфликтность, агрессивность, застенчивость и предложить варианты игровой коррекции. Среди причин личностных проблем ребёнка могут быть психофизиологические, соматические, наследственные, а также неблагоприятные отношения в семье.

Важным компонентом благополучного развития ребёнка является формирование адекватной самооценки, на становление которой большое влияние оказывают родители, зачастую не давая себе отчёта в этом (уже с самого раннего возраста). Качества адекватной самооценки – активность, находчивость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт.

Советы родителям по формированию адекватной самооценки:

- Не оберегайте своего ребёнка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребёнок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного;
- Не перехваливайте ребёнка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком;
- Поощряйте в ребёнке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его;

- Не забывайте поощрять и других в присутствии ребёнка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребёнок может также достичь этого;
- Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела;
- Не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

Игры, позволяющие выявить самооценку ребёнка

«ИМЯ» - предложить ребёнку выбрать себе имя, которое бы он хотел иметь, или оставить свое. Спросите, почему нравится или нет имя. Это даст дополнительную информацию о восприятии и принятии имени ребёнком.

Как строить взаимоотношения с конфликтными детьми:

- Сдерживайте стремления ребёнка провоцировать ссоры с другими. Надо обращать внимание на недружелюбные взгляды друг на друга или бормотание чего-либо с обидой себе под нос. Конечно, у всех родителей бывают моменты, когда нет времени или сил контролировать детей. И тогда чаще всего раздражаются «бури»;
- Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребёнка в её возникновении и защищая своего. Старайтесь объективно разобраться в причинах ее возникновения;
- После конфликта обговорите с ребёнком причину его возникновения, определите неправильные действия вашего ребенка, которые привели к конфликту. Попытайтесь найти иные возможности, способы выхода из конфликтной ситуации;
- Не обсуждайте при ребёнке проблемы его поведения. Он может утвердиться в мысли о том, что конфликты неизбежны, и будет продолжать провоцировать их;
- Не всегда следует вмешиваться в ссоры детей. Например, когда два мальчика в ходе игры что-то не поделили и начали ссориться, лучше понаблюдать за этим конфликтом, но не вмешиваться в него – дети сами могут найти общий язык, при этом они учатся общаться друг с другом. Если же во время ссор один из них всегда побеждает, а другой выступает жертвой, следует прервать такую игру, чтобы предотвратить формирование робости у побежденного.

Принципы общения с агрессивным ребёнком:

- Для начала поймите причины, лежащие в основе агрессивного поведения ребёнка: он может привлекать к себе внимание, возможна разрядка накопившейся энергии, стремление завоевать авторитет, используя для этого не самые лучшие средства;
- Помните, что запрет, физическое наказание и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности;
- Дайте возможность выплеснуть свою агрессивность, сместите ее на другие объекты. Разрешите ему поколотить подушку, помахать игрушечной саблей, разорвать на мелкие кусочки рисунок того объекта, который вызывает злость;
- Показывайте ребёнку пример миролюбивого поведения. Не обостряйте и не провоцируйте конфликт, не допускайте при ребёнке вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы мести;

- Пусть ваш ребёнок в каждый момент времени чувствует, что вы любите, цените и понимаете его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что нужен и важен для вас.

Игры на выплеск агрессивности:

«Брыкание» - ребёнок лежит на спине, ноги свободно раскинуты. Медленно он начинает брыкаться, касаясь пола всей ногой. Ноги чередуются и высоко поднимаются. Постепенно увеличиваются сила и скорость брыкания. На каждый удар ногой ребёнок говорит «нет», увеличивая интенсивность удара.

Застенчивость

Последствия:

- Препятствует тому, чтобы встречаться с новыми людьми, заводить друзей и получать удовольствие от приятного общения;
- Удерживает человека от выражения своего мнения и отстаивания своих прав;
- Не дает другим людям возможности оценивать положительные качества человека;
- Усугубляет чрезмерную сосредоточенность на себе и своем поведении;
- Мешает ясно мыслить и эффективно общаться;
- Сопровождается переживаниями одиночества, тревоги и депрессии.

Помощь ребёнку в преодолении застенчивости – разрешима, пока ребёнок еще маленький. Так как с возрастом у застенчивого ребёнка складывается определенный стиль поведения, он начинает отдавать себе отчёт в этом своем недостатке.

Советы родителям замкнутых детей:

- Расширяйте круг общения вашего ребёнка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми;
- Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребёнку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком;
- Стремитесь сами стать для ребёнка примером эффективно общающегося человека;
- Если вы заметили, что несмотря на ваши усилия, ребёнок становится все более замкнутым и отстраненным, обратитесь за квалифицированной помощью.

Уважаемые родители - надеюсь, что эти рекомендации помогут Вам в вопросах воспитания детей.