Чтобы научить ребенка адекватно вести себя как со взрослыми, так и со сверстниками, необходимо придерживаться нескольких простых правил для родителей и близких:

1. Нередко агрессивное поведение малыша является отражением поведения родителей и взрослых вокруг. Если в семье папа повышает голос на маму или, еще хуже, поднимает на нее руку (бывает и наоборот), то ребенок однозначно скопирует данную модель общения и поведения. Поэтому начните с себя: меньше агрессии, больше любви и ласки.

2. Научите ребенка выражать свои чувства и эмоции словами, как можно чаще говорите о том, что чувствуете сами и побуждайте на это малыша. Если вы сформируете навык вербального общения, то до невербального зачастую может и не дойти.

3. Агрессия, как правило, – это средство привлечения внимания. Значит, вашему ребенку просто его не хватает. Даже если вы очень заняты и у вас катастрофически не хватает времени на общение с ним, уделите ему пару минут, обнимите, поцелуйте, скажите, как его любите.

4. Любое нежелательное поведение ни в коем случае нельзя подкреплять. Ели ребенок, например, укусил вас или ударил, молча развернитесь и уйдите в другую сторону, никак не реагируйте. Чуть позже вы можете объяснить, что вам было больно и неприятно и вы бы очень не хотели, что бы это повторилось вновь.

5. Ни в коем случае не бейте ребенка в ответ! Если вы действительно боретесь с его агрессией, то отвечать тем же недопустимо.

Научить ребенка не драться и решать свои споры мирным путем очень сложно, но вполне реально. Терпения и крепких нервов всем родителям!

Советы психолога

Если ребенок дерется…

Педагог-психолог: Д.А.Маронян

Советы психолога

Если ребенок чего-то боится…

Педагог-психолог: Д.А.Маронян

- Заботиться о психологическом здоровье ребёнке необходимо начинать ещё до его рождения.
- Рекомендация для мамы: какую бы высокую должность не занимали на работе, помните, что ребёнок – это не ваш подчинённый, ему нужен не строгий руководитель, а нежная и любящая мама. Замечено, что у детей властных, строгих матерей детские страхи встречаются гораздо чаще, и в более тяжёлой форме.
- Ни в коем случае нельзя допускать, чтобы ребёнок ощущал себя заброшенным и ненужным. Даже если вы почти всё время проводите на работе, или же у вас родился младший ребёнок, или по каким – либо иным причинам у вас совсем не остаётся сил, необходимо превозмогая себя, уделять ребёнку внимание
- Однако и прививать ребёнку чувства собственной исключительности также не стоит. Эгоистическое мышление также зачастую приводит к появлению страха потерять своё исключительное положение, носящему характер навязчивой идеи.
- Постарайтесь не ограничивать ребёнка в общении со сверстниками – это привёдёт к появлению страхов перед школьной жизнью.
- Никогда не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми. Ни в коем случае нельзя приводить в пример малышу те успехи, которых добились его сверстники. Это с большой долей вероятности приведёт к снижению у ребёнка самооценки.

- Ни в коем случае не пугайте ребёнка собаками, врачами или милиционерами. Ребёнок подобные угрозы воспринимает очень серьёзно. Хотелось бы отметить приятный факт, что, к счастью, почти все детские страхи носят временный характер и прекрасно поддаются коррекции.

Рекомендации родителям!!!

1.Не стоит заниматься «закаливанием», т. е. если ребенок боится темноты и спать один, не запирайте его в комнате, «чтобы привыкал».Вы еще больше его испугаете. Последствия таких « закаливаний» печальны: неврозы, заикания, отклонения в развитии.

2.Не относитесь к страхам детей как к капризам.

3.Не игнорируйте его жалобы. Важно дать понять ребенку, что вы его хорошо понимаете.

4. Постоянно уверяйте ребенка, что он в полной безопасности.

5.Постарайтесь отвлекать ребенка. Например, когда у него началась паника, займите его игрой. Больше разговаривайте с ребенком!

Советы психолога

Как установить границы воспитания…

Педагог-психолог: Д.А.Маронян

1. Составьте список правил поведения, которые должен соблюдать ребенок. Обсудите его со всеми членами семьи, чтобы избежать ситуации возникновения «двойных стандартов». Поговорите с ребёнком, объясните ему, что теперь в вашей семье существуют правила, за несоблюдение которых будет следовать наказание, и что у него есть свободный выбор, соблюдать их и пользоваться всем тем, что ему дорого – компьютер, телевизор, прогулки с друзьями, или нести ответственность за свое неблаговидное поведение и испытывать лишения.

2. Научитесь отказывать! Слово «нет» один из основных способов установления границ. Не все то, чего желает ребенок для него действительно необходимо и полезно. И, наконец, это научит ребенка считаться с потребностями других людей.

3. Используйте в воспитании принцип ощутимых последствий. Уговоры, призывы к совести и угрозы, которые так и остаются угрозами – неэффективные способы коррекции поведения. Когда человек утрачивает что-то для него значимое, это причиняет ему страдание, но при этом он начинает понимать, что ответственность за свои поступки никто не отменял и по счетам необходимо платить.

4. Не поддавайтесь на провокации и держите свое слово! Если за нарушение правил ребенок был отстранен на неделю от прогулок, то ни в коем случае не сокращайте срок наказания! Дайте понять, что вы его любите и понимаете, что ему очень хочется погулять с друзьями, но наказание не будет отменено.

5. Не допускайте того, чтобы наказание для одного становилось наказанием для всей семьи. Если, например, из-за позднего возвращения домой вы запретили ребенку идти в выходной день в зоопарк, то это вовсе не значит, что теперь все домочадцы потеряли возможность хорошо провести время. Объясните, что вам очень жаль, что наказанный не сможет пойти вместе со всеми, так как на этой неделе он неоднократно приходил домой позже оговоренного времени.

6. Поощряйте ребенка за его конструктивное поведение. Говорите ему о том, как для вас это значимо. Если вы пообещали вознаградить его новым диском с мультиками или сладостями за примерное поведение, то помните об этом и держите свое слово.

7. Формирование границ – это серьезное испытание как для вас, так и для вашего ребенка. Напоминайте ему о своей любви, поддерживайте его.

8. Укрепляйте свои позиции! Отсутствие границ у ребенка показатель того, что ваши собственные недостаточно крепки.

Помните о том, что самый важный пример для детей – это их родители! Взрослые, которые могут позаботиться о себе, способные жить интересной и насыщенной жизнью – лучший образец для подражания. Если же ребенок привыкает к тому, что его родные все время стараются удовлетворить все его прихоти, отодвигая свои желания на задний план, то у него невольно складывается представление о том, что весь мир крутится вокруг него. Подобное заблуждение опасно тем, что из такого малыша может вырасти эгоистичный безответственный взрослый.

И в заключении… Формирование границ процесс длительный и трудоемкий. Однако поверьте, это того стоит.