

# Активные дети

Активность частенько раздражает взрослых, которым хочется, чтобы все вокруг было «тихим и благоприличным».

В то же время, для ребенка движение — это и признак, и средство развития и роста, т.е. естественная потребность.

В большинстве своем дети хотят справиться со своими проблемами, потому что видят реакцию взрослых, недовольных их поведением. Но по-настоящему это можно сделать только поняв, действительно ли это проблема, а не естественная потребность ребенка в движении, и также, выяснив ее причины.

## Как предотвратить проблему

- Важно помочь перевозбужденным детям почувствовать себя уверенно, научить самоконтролю и самоуважению.

Информируйте детей заранее о предстоящих делах:

«Сейчас мы оденемся и пойдем гулять. Примерно через час вернемся и будем обедать. Надевай сапожки, куртку и пойдем!». По возможности, придерживайтесь режима дня — сон, еда, прогулка, в одно и то же время. Научитесь

видеть положительные стороны в активности ребенка: он быстро включается в действие, быстро выполняет работу.

- Не предлагайте ребенку занятий, требующих слишком долгого сидения на одном месте.



## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Слишком энергичному ребенку нужно давать время и возможность выплеснуть свою энергию так, чтобы это не принесло вреда ни ему, ни окружающим: кубыркаться на матрасе, пролезать под стульями, сжимать в руке мячик или силомер.

- Чтобы помочь активному ребенку сосредоточиться, возьмите его на колени, или придерживайте его рукой за плечи, двумя руками за предплечья.

- Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его сверхактивное поведение улучшается: «Видишь, ты уже смог надолго сосредоточиться. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

- Поручайте ему дела, в которых нужно проявление его активности - собрать всех к столу, принести необходимый предмет.

# Истерики

Совсем маленьким детям закатывают истерики потому, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои нужды.

Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выливается в слезах и криках.

Ребенок дошкольного возраста, который регулярно закатывает истерики, и который не справляется с задержками языкового и умственного развития, возможно, находится в стрессовом состоянии.

Причин этому может быть множество — слишком высокие или слишком низкие требования взрослых, пренебрежение к его потребностям или жестокие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное с серьезными болезнями, чрезмерная избалованность или нехватка социальных навыков.

## Как предотвратить проблему

- Подумайте, как предоставить детям достаточно возможностей для выхода чувств и эмоций.
- Эмоциональных срывов будет меньше, если вы дадите ребенку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и присмотром), т.е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.



## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Старайтесь не обращать внимания на истерики, только следите, чтобы проблема осталась в пределах безопасности. Помните, что цель такого поведения — добиться желаемого или «выпустить пар». В любом случае, если вы обращаете на истерику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.
- Если своей истерикой ребенок приводит в замешательство окружающих, то быстро отведите его в сторону подальше от «зрителей». Спокойно скажите ему: «Бывает так, что человек очень сильно сердится, и это нормально. Но совсем НЕ нормально, когда этот человек начинает мешать всем остальным. Когда ты почувствуешь, что успокоился, можешь вернуться к нам (к детям)».
- Попросите, чтобы вместе с вами за ребенком наблюдали более опытные люди, — возможно, вы сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребенка на истерики.
- Обсудите возможные причины такого поведения с другими членами семьи. Вместе подумайте над тем, как решить эту проблему.



# Что делать с ябедами

Это явление обычно возникает, как попытка привлечь к себе внимание. Дети часто ябедничают потому, что считают, что могут возвысить свое «Я» за счет представления других детей в дурном свете.

## Как предотвратить проблему

- Как можно чаще уделяйте своему ребенку заботливое внимание, говорите ему о его хороших чертах.
- Предлагайте рассказать что-нибудь хорошее о своих приятелях.

## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Постарайтесь уделить «ябед» минимум внимания, но не обрывайте его и не отчитывайте, ведь недослушав ребенка, вы никогда не поймете, что движет им — желание «настучать» или желание поделиться важной информацией.
- Скажите ребенку, чтобы он поговорил о поступке, о котором сейчас рассказывает вам, с ребенком его совершившим, а не с вами.
- Спросите ребенка, а как бы он сам поступил в подобной ситуации.
- Похвалите ребенка, когда он, не ябедничая, беседует с вами: «Мне очень приятно говорить с тобой, когда ты не ябедничаешь».



# Если ребенок упрямится

Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишающих ребенка инициативы и самостоятельности. Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры».

Что значит упрямиться? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, как отзывается ребенок на их просьбы и предложения.

## Как быть

- Если все дело в ваших действиях — начинайте с себя. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребенка. Определите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы.
- Намените свой словарь. Исключите слова, подчеркивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямисься», «бедаешь мне назло» и т.д. Напротив, используйте слова, подчеркивающие эффеkтивность действий, инициативы ребенка: «Ты решила сама надеть ботики и у тебя все получилось», характеризующие его лучшие стороны и достижения: «я так рада, что ты не забыла положить щетку на место», «я люблю твои игрушки — там такой порядок». Кому же не захочется повторить и повторить свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?
- Попробуйте разобраться, что не любит ребенок, и чем совершенно безболезненно для ребенка и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребенок категорически отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить омовение душем? Или спросить, что может сделать купание в ванне приятным?
- Не пытайтесь переуправить упрямца. Вы можете одать быстрее, и тогда он и в другой раз найдет, как применить свою власть над вами.
- Причинами такого поведения далеко не всегда является личная особенность ребенка. Чаще всего, это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентированных, лишающих ребенка инициативы и самостоятельности.



# Если ребенок часто обманывает

Все маленькие дети иногда говорят неправду. В большинстве случаев они это делают потому, что не считают это чем-то недопустимым или безразличным. Они убеждены, что нет ничего плохого в том, чтобы солгать, если этим сможешь другу или избежишь наказания. Никакие лекции, нотации, внушения тут не помогут и поведения не изменят.

Вместо этого, взрослые должны перестать ставить детей в такие ситуации, когда они вынуждены лгать, «чтобы спасти свое лицо». В отдельных случаях мы должны просто прощать, отнестись это насчет поведения, типичного для маленького ребенка. Иногда можно принять за ложь фантазии ребенка. К обману фантазии никакого отношения не имеют.

## Как предотвратить проблему

- При любой возможности старайтесь показать ребенку разницу между миром фантазии и реальным миром: «Конечно, играть в Бармалея интересно, но он ненастоящий, его придумал писатель, а потом сняли фильм».
- Постарайтесь не ставить ребенка в ситуации, когда он будет вынужден оправдываться. Не спрашивайте: «Почему ты так сделал?», лучше спросите: «Когда бы поссорился, что произошло?».
- У ребенка должно развиваться чувство собственного достоинства. Это возможно только тогда, когда он будет твердо знать, что его любят и принимают в любых ситуациях.

## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Если ребенок врёт вам прямо в глаза, не уличайте его, не ругайте.
- Если вы твердо знаете, что ребенок сейчас лжет, скажите ему: «Ты рассказал очень интересную занимательную историю», — давая ему понять, что отличаете ложь от правды.
- Никогда не спрашивайте у ребенка, правда ли то, что он сейчас рассказывает, потому что это как раз и поставит его в ситуацию обмана.
- Упорное вранье — сигнал того, что ребенок сильно неуверен в себе — он испытывает потребность «сочинить себя», чтобы быть более значимым для окружающих.
- Если обман связан с отрицанием совершенного поступка, скажите: «Мы все иногда поступаем не так, как нужно. Ты хороший человек, давай вместе решим, как нужно сделать».



# Если у ребенка нет друзей

Каждому человеку нужны друзья. Друзья для маленького ребенка — это возможность вместе познавать окружающий мир — мир предметов, игр и человеческих отношений на доступном языке. Отношения могут не складываться из-за стеснительности, неуверенности. Иногда дети не знают, что может быть интересно и привлекательно для других.

## Как предотвратить проблему

- Помогите ребенку почувствовать себя уверенным: говорите ему о том, что у него получается хорошо, какие его качества привлекательны для окружающих.
- Расскажите, как бы приобретали друзей в детстве, в какие игры играли вместе с другими.
- Подскажите, какие слова можно сказать, чтобы привлечь внимание другого ребенка. Как реагировать на отказ.
- Во время прогулок во дворе и сквере побуждайте ребенка подходить к играющим детям, заводить знакомых и друзей.
- Приглашайте сверстников ребенка в гости, обязательно придумывая какое-либо занимательное дело, например, совместную настольную игру.

## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Не утешайте себя мыслью, что ваш ребенок более развит, более серьезен, чем его сверстники, и ему просто неинтересно и не нужно общение с детьми. Не думайте, что общение с вами, даже очень занимательное, способно полностью заменить детское общество.
- Оглядитесь вокруг, подумайте, кого из детей ваших соседей, друзей и знакомых могут заинтересовать те знания и умения, которыми располагает ваш ребенок, кому могут показаться привлекательными ваши домашние игры. Договоритесь с родителями этих детей о визите к вам. Помогите детям познакомиться, начать разговор или игру.
- Примите участие в игре, постарайтесь быть естественными и непринужденными. Если чувствуете, что контакт между детьми установлен, оставьте их.
- Возможно, ребенок, долгое время изолированный от общества сверстников, поведет себя несколько необычным образом. Постарайтесь быть понимающим и снисходительным. Обязательно поговорите с ребенком о его чувствах после визита.



# Если дети балуются

Этот тип поведения довольно распространен среди младших, особенно среди четырехлетних. Если дети дурачатся слишком часто или в неподходящее время, то это может вызвать серьезные проблемы.

## Как предотвратить проблему

- Предоставляйте детям побольше возможностей побаловаться, и даже поощряйте их к этому в специально отведенное время. Если они будут дурачиться именно в это время, скажите им, что они поступают хорошо, потому что никому не мешают, что взрослым весело на них смотреть.
- Иногда предлагайте сами побаловаться, помогая детям понять, что это вовсе не плохое поведение, если никому не мешает и не портит вещи.

## Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Может оказаться так, что ребенок, который слишком много дурачится или строит из себя шута, на самом деле пытается уйти от каких-то серьезных проблем своей жизни.
- Он прячется под «маску», пытаясь избежать непосильного напряжения. Такого же рода поведение может развиться и вследствие того, что он видит внимание, восхищение других детей и некоторых взрослых.
- Обсудите вместе с другими членами семьи и воспитателями, что может скрывать ребенок за маской шута, что пытается заглушить таким поведением.
- Если убедите, что ребенок спокоен и серьезен, используйте эту возможность, чтобы поговорить с ним о том, что его тревожит, беспокоит. Предложите ему нарисовать картинку, которую «не увидит никто, кроме вас двоих».
- Если ребенок начинает баловаться в неподходящий момент и вам нужно прервать его фиглярство, твердо обратитесь к нему со словами: «Сейчас очень важно, чтобы ты побыл серьезным. Через 10 минут мы закончим работу, и ты сможешь баловаться, сколько пожелаешь».

