

«Как решить проблемы социализации ребёнка»

Для начала рассмотрим способы, которые помогут ребёнку научиться общаться со сверстниками.

1. Для начала стоит понимать, что **ребенок не обязан проявлять повышенного интереса к общению**. Некая интровертность, может быть обычной чертой характера. Стоит предпринимать какие-то действия (например, обратиться к детскому психологу), если: ребенок не реагирует на других людей (совсем), проявляет агрессию (в том числе без причин), не любит или не может смотреть в глаза (постоянно).
2. **Не давите на ребенка**. Когда он начинает общаться с другими детьми, все может складываться по-разному. Например, есть дети, которые медленнее остальных привыкают к новым людям. Дайте время на развитие навыка общения.
3. **Не выбирайте ребенку друзей**. В 3-4 года он уже может вполне самостоятельно анализировать происходящее, например, в детском саду или на площадке, чтобы определиться, кто ему симпатичен и с кем бы он мог пообщаться.
4. **Отрепетируйте базовые правила общения с людьми**. Например, учимся не перебивать, смотреть в глаза, здороваться, говорить “спасибо”, “пожалуйста”, прощаться.
5. **Не избегайте детских площадок, мероприятий, где ребенок может пообщаться с другими детьми**. С 3 лет ребенку важно научиться взаимодействовать в обществе, получить навыки общения, чтобы в дальнейшем у него не возникло проблем с коммуникацией. Иницилируйте походы в гости, приглашайте друзей с детьми к себе.
6. **Социализация — это не только общение с другими детьми**. Не стоит ограничивать общение и с бабушками, дедушками, друзьями семьи. Также важно объяснить вопросы безопасности: кому можно доверять, почему нельзя общаться с незнакомыми людьми, почему взрослый человек никогда не попросит помощи у ребенка.

7. Если ребенок проявляет агрессию, обижается, злится на других детей, стоит пообщаться с ним о причинах такого отношения. Не ругайте и не злитесь на ребенка, чтобы он мог объяснить вам причины своего поведения. Разберитесь в причинно-следственных связях и всегда будьте на стороне ребенка, но оставайтесь объективным (например, «Я понимаю, что тебе обидно/больно/грустно, но в этой ситуации ты ведешь себя грубо/агрессивно, давай попробуем поразмышлять как выйти из этой ситуации»)

8. Покажите ребенку, что он всегда может вам доверять, тогда при возникновении опасных или конфликтных ситуаций, он обязательно поделится ими с вами.

«Как справиться с драчливостью у ребенка»

Драчливость в большей степени обусловлена особенностями семейного воспитания или окружения, в котором находится ребенок, нежели от его генетических особенностей. Агрессия, как предпосылка к решительным действиям (драка, битье) также проявляется, когда по тем или иным причинам малышу дискомфортно нахождение в этом незнакомом мире. Ведь еще недавно он лежал в животике у мамы, уютно свернувшись клубочком, и ему не надо было беспокоиться о чем-то, отстаивать свои права. А теперь, увидев свою любимую игрушку в руках другого ребенка, малыш вполне может пристукнуть нарушителя собственности.

Коротко о главном

Дети, прибегающие к дракам, не знают, как поступить иначе, когда огорчены или разозлены. Поэтому научите ребенка положительной альтернативной реакции.

Большинство детей, время от времени дерутся. Возможно, драка — это единственное известное им средство взять ситуацию под свой контроль. Безусловно, злость и огорчение — нормальные чувства, однако выражать их дракой — ненормально. Это очень быстро становится привычкой, от которой крайне трудно избавиться. Исследования показывают, что из драчливых детей очень часто вырастают хулиганы, люди, дурно ведущие себя в

семье, или жестокие родители. Остановите подобное поведение немедленно.

Четыре шага к избавлению от драчливости

Воспользуйтесь следующими шагами как руководством, чтобы искоренить драчливость в ребенке.

Шаг 1. Введите правило абсолютной нетерпимости к дракам

Выберите время, чтобы спокойно поговорить о своем беспокойстве по поводу драк. Говорите серьезно и твердо, чтобы ребенок понял, что вам не нравится его поведение, и объясните, почему вы этого не одобряете. Если ребенок постарше, обсудите с ним возможные серьезные последствия такого поведения: телесные повреждения участников драки, неприятности, временное исключение из школы, плохая репутация, потеря друзей. Терпеливо выслушайте объяснения ребенка по поводу мотивов такого поведения. Не осуждайте, а просто выслушайте. Возможно, вы услышите о причинах, о которых не знали. Предложите помощь в разрешении серьезных проблем. Затем заявите о недопустимости драк и о штрафных санкциях, которые будут применяться, если он не прекратит драться: "Если я еще раз увижу, что ты бьешь сестру, ты перестанешь играть и отправишься на 15 минут в угол". Просмотрите в части IV перечень возможных штрафных санкций и выберите те из них, которые соответствуют возрасту и темпераменту ребенка.

Шаг 2. Научите ребенка приемлемым альтернативам

Сказанные ребенку слова, что драться нельзя, не подскажут ему, что же можно сделать вместо этого. Помогите ребенку найти подходящие средства, чтобы справиться со своими фрустрациями (*Фрустрация* (от лат. *frustratio* — обман, тщетное ожидание) — психическое состояние, вызываемое невозможностью удовлетворить некую потребность или желание. Состояние фрустрации сопровождается различными негативными переживаниями: раздражением, тревогой, разочарованием и т.д. — *Прим.ред.*), не прибегая к драке. Придумайте вместе несколько приемлемых альтернатив: "Давай подумаем, что можно предпринять вместо драки". Затем выберите какой-либо вариант и обучите ему ребенка. Повторяйте его снова и снова, пока ребенок

не научится. Вот несколько вариантов.

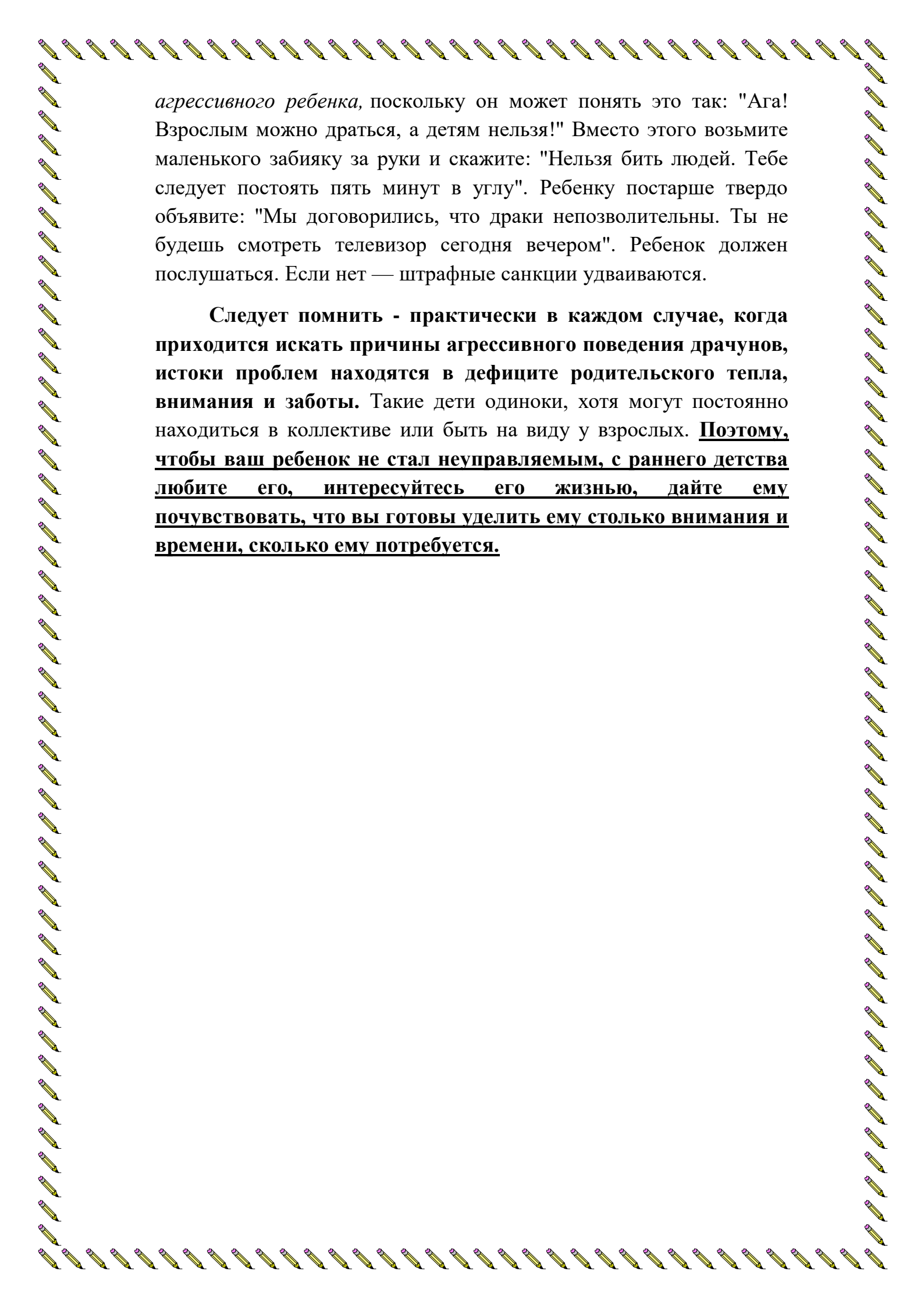
- *Разрядить свои эмоции на нейтральном объекте.* Раздробить кусок глины, бить по подушке или наносить удары по подвесной груше.
- *Использовать формулу "Я хочу, чтобы...".* Ребенок должен сказать, что он хочет от другого человека. Заявление должно быть направлено на возникшую проблему: "Ты взял мою игрушку, и я хочу, чтобы ты мне ее отдал". Обзывать и унижать недопустимо.
- *Выражать свои чувства.* Дети с ограниченными речевыми способностями могут сказать обидчику: "Я сержусь" или "Я очень и очень зол".
- *Уединиться и успокоиться.* Попросите ребенка помочь вам организовать ему место, где он может уединиться и успокоиться. Принесите туда несколько вещей, которые помогут ребенку вернуться в нормальное состояние, например книги, музыкальные диски, карандаши и бумагу, и поощряйте ребенка приходить туда, чтобы успокоиться.
- *Вовремя уйти.* Посоветуйте ребенку уходить каждый раз, когда он испытывает желание подраться. Это всегда безопаснее.

Шаг 3. Закрепляйте "мирное" поведение

Один из самых простых способов изменить поведение ребенка — это поймать его на хорошем поведении. Однако большинство родителей меньше всего пользуются этим. Каждый раз, замечая, что ребенок справляется со сложной ситуацией спокойно, выражает огорчение, не затевая драки, и держит себя в руках, отметьте его поведение и дайте понять, как вы цените его старания: "Я заметила, что ты был очень зол, но отошел в сторону, чтобы успокоиться. Это хороший знак", "Ты словами объяснил другу, что ты не в себе. Очень хорошо!". Помните, что дети будут стремиться повторять поощряемое поведение. Это также одно из лучших средств сделать желаемые поступки привычкой.

Шаг 4. Применяйте штрафные санкции, если ребенок продолжает драться

Итак, что вы предпримете, если ребенок продолжает драться? Остановитесь, глубоко вдохните и остыньте, прежде чем реагировать, а затем примените ранее оговоренные штрафные санкции. Не читайте нотаций и, самое главное, *не бейте своего*



агрессивного ребенка, поскольку он может понять это так: "Ага! Взрослым можно драться, а детям нельзя!" Вместо этого возьмите маленького забияку за руки и скажите: "Нельзя бить людей. Тебе следует постоять пять минут в углу". Ребенку постарше твердо объявите: "Мы договорились, что драки непозволительны. Ты не будешь смотреть телевизор сегодня вечером". Ребенок должен послушаться. Если нет — штрафные санкции удваиваются.

Следует помнить - практически в каждом случае, когда приходится искать причины агрессивного поведения драчунов, истоки проблем находятся в дефиците родительского тепла, внимания и заботы. Такие дети одиноки, хотя могут постоянно находиться в коллективе или быть на виду у взрослых. Поэтому, чтобы ваш ребенок не стал неуправляемым, с раннего детства любите его, интересуйтесь его жизнью, дайте ему почувствовать, что вы готовы уделить ему столько внимания и времени, сколько ему потребуется.