

Обида детей: способы проявления

- плач;
- агрессивное поведение (толкаться, стучать ногами, бить родителей или окружающие предметы);
- грубые слова и выражения;
- проявления упрямства в самый неподходящий момент, чтобы сделать что-то назло родителям;
- замкнутость, переживания прячутся глубоко внутрь, ребенок закрывается не только от мамы с папой, но и вообще от любого контакта с окружающим миром;
- бойкот.

Игры для обидчивых детей

* **Обзывалки.** Сядьте рядом с ребёнком, возьмите мяч. Предложите говорить друг другу обидные слова. Только заранее обсудите, какие слова допускаются. Например, не самые грубые выражения, а названия овощей и фруктов, животных, бытовых предметов, сказочных персонажей. Каждое обращение может начинаться со слов: «А ты... бледная поганка!» Договоритесь, что через 5-6 обращений, вы начнёте говорить приятные слова: «А ты... цветочек мой!». Эта игра снимает напряжение.

Меню школьного психолога рекомендует



vk.com/clubpsi_school

Обидчивый ребенок – что делать ?



Советы родителям: обидчивый ребенок

ОБИДЧИВЫЙ РЕБЕНОК – ЧТО ДЕЛАТЬ ?

Обидчивый ребенок - причины:

- * **Врожденная чувствительность ребёнка.** Такие дети особенно испытывают потребность в привязанности к родителям, их любви, принятии ими со всеми особенностями.
- * **Непринятие родителями особенностей ребёнка.** А постоянное отвержение индивидуальности ребёнка (критика, упрёки) способствуют развитию неуверенности у малыша и побуждают думать, что он не нужен и его не любят.
- * **Ребёнок неадекватно реагирует, потому что ощущает враждебность мира.** Он считает, что всё против него. Не имея сил противостоять внешним ограничителям, унижающим его достоинство, ребёнок замыкается в себе, обижается.
- * **Ребёнок понимает, что не соответствует ожиданиям окружающих.** В таких случаях он либо злится и ведёт себя агрессивно, либо раздосадованно обижается.
- * **Гиперопека.** Бывает так, что родители не верят в самостоятельность ребёнка, не позволяя ему самостоятельно справиться с трудностями.
- * **Родители потакают желаниям ребёнка.** В том случае, когда родители стремятся выполнить все желания ребёнка и разрешают вести себя, как угодно, у него сформируется впечатление, что весь мир ему должен.
- * **Ожидания ребёнка.** Встречаясь с иным представлением родителей о сложившейся ситуации, ребёнок обижается и протестует.

Как желательно вести себя родителям с обидчивым ребенком:

- Несмотря на почти болезненную потребность в признании, нужно объяснить обидчивому ребёнку, что и другие люди нуждаются в этом признании и похвале. У каждого есть что-то особенное, за что можно хвалить.
- Показывайте ребёнку своё доброжелательное отношение к нему, чтобы ребёнку не приходилось напоминать вам об этом. — Выстраивайте с ребёнком партнерские отношения, а не создавайте ему искусственные «оранжерейные» условия, где даже и обидеться не на что.
- «Закаляйте» эмоциональную сферу ребёнка разнообразием эмоций, уча, как лучше на каждую из них «реагировать», не теряя своего «Я».
- Читая с ребёнком книги или смотря мультфильмы, где встречаются обидчивые герои, обсуждайте причины его обиды и обсуждайте достойные выходы из «обидчивой» ситуации.
- По мере взросления ребёнка научите его различать адекватные и неадекватные ситуации обиды.
- Не упрекайте ребёнка в его ранимости и обидчивости. Вы не сможете «запретить» ему обижаться.
- Не заставляйте ребёнка загонять свои обиды в глубь. Накопленные обиды – явная угроза для развития у него психосоматических заболеваний.
- Научите адекватно реагировать на обидные ситуации. — Создайте ребёнку такие условия, чтобы ему не приходилось постоянно самоутверждаться, подчеркивая

свою значимость и ценность.

- Не сравнивайте ребёнка с другими детьми, и уж тем более не подчеркивайте их превосходство над вашим малышом.
- Пытайтесь понять истоки повышенной обидчивости ребёнка, не игнорируйте её.

*По материалам книги Аллы Баркан
«Ультрасовременный ребенок».*

- Не сравнивайте его с ровесниками, тем более не делайте акцент на их превосходстве. Поскольку обидчивые дети очень чуткие к оценкам окружающих.
- Избегайте соревновательных занятий. Нужно развивать у таких детей восприятие сверстников как союзников, а не как соперников, врагов.
- Поскольку, зачастую дети не понимают, что с ними происходит помогите им осознать их настоящие чувства («ты сейчас сердись, потому что я не купила тебе...»).
- Учите ребёнка делиться своими чувствами и желаниями с окружающими, ведь о них иногда сложно догадаться, в результате чего появляется повод для обид.

