



Проблеми в поведінці дитини



Шукаємо причини — знаходимо рішення

Тетяна ГУРКОВСЬКА,
дитячий психолог, м. Київ



Інколи здається, що дитячі примхи, плаксивість, апатія чи інші поведінкові проблеми виникають “нізвідки”. Та здебільшого вони є віддзеркаленням проблем дорослих. Утома, пригніченість або збудженість батьків, їхні страхи та переживання, з якими не вдається впоратися, ускладнюють і взаємодію з дітьми. Авторка аналізує найчастіші негативні поведінкові прояви дошкільників і дає дієві поради, що допоможуть правильно на них реагувати. Тож не забудьте поділитися цією інформацією з рідними своїх вихованців.

Дитина “заражається” емоціями батьків

Коли батьки приходять до практичного психолога із проблемами, пов'язаними з поведінкою своїх малят, вони здебільшого не усвідомлюють, що діти наслідують їхню поведінку. Особливо різні реакції тривоги та занепокоєння.

Коли мама невпевнена, часто плаче, дитина “зчитує” цей стан найближчої людини, ідентифікує себе з нею. Адже для малюка важливі переживання батьків, він любить їх і своєю поведінкою демонструє, як співпереживає їм.

Зауваживши, що дитина змінилася, що вона так само, як і вони, тривожиться, боїться або злиться, дорослі мають насамперед постаратися змінити власні реакції. Це непросто, та батьки мають реагувати на прояви дитини спокійно, з розумінням.

Як підтримати дитину

- ♦ Допоможіть дитині розібратися з почуттями. Запитайте, що вона відчуває. Вислухайте відповідь.
- ♦ Не засуджуйте дитину за плачі, страх чи тривогу. Якщо дитина плаче або кричить, обійміть її, заспокойте розміреними погладженнями.



- ♦ Уникайте довгих розмов, повчань, нотацій. Краще подивіться на малюка, кивніть йому — навіть якщо не розумієте, що саме він говорить, про що кричить.
- ♦ Скажіть дитині про її почуття: “*Ти засмутився / засмутилася*”, “*Ти хвилюєшся*”. Покажіть, що розумієте, чому малюк це відчуває: “*Ти засмутився / засмутилася, тому що я заплакала. Ти переживаєш за маму*”. Якщо ви помітили нетипову для ситуації реакцію, варто уточнити: “*Ти засмутився / засмутилася через те, що я вимкнула світло, чи тому, що не розповіла тобі казку?*”.
- ♦ Запропонуйте вихід із ситуації: “*Мама вже заспокоїлася. Дивись, уже все добре*” або: “*Ти хотів / хотіла, щоб я розповіла тобі казку, а я мушу йти. Та згодом повернуся і розповім тобі дві казки*”.

Найголовніше, що ми маємо зробити, — навчитися контролювати власні емоції та екологічно демонструвати їх, тобто змінити поведінкові прояви своїх переживань.

Дитина не хоче нічого робити, проявляє байдужість

Тривожність батьків може спричинити в поведінці дитини прояви, характерні для депресивних станів, — байдужість, апатію, бездіяльність. Дитина втрачає життєрадіс-



Журнал “ДОШКІЛЬНЕ ВИХОВАННЯ”

пункт незламності
українського дошкільця

тут завжди:



необхідна
інформація

зв'язок
із колегами



психологічна
підтримка



натхнення
для творчості



інструменти
для роботи

енергія
для боротьби



Оформіть
ВИГІДНУ ПЕРЕДПЛАТУ
на сайті
dv.in.ua/peredplata

