



ИНФОРМАЦИЯ О ВОЗРАСТЕ РЕБЕНКА

48 МЕСЯЦЕВ ДО 60 МЕСЯЦЕВ

СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Как дети учатся чувствам и отношениям?

Социальное и эмоциональное развитие Введение

Отношение детей:

- к самим себе,
- к собственным чувствам и поступкам и
- к взаимоотношениям с другими людьми,

а также умение управлять этим – это и есть то, что мы называем *-эмоциональным развитием*.

Развитие этих навыков так же важно для успеха ребенка в школе, как и стальные способности, такие, как владение языком, грамотность, способности к математике и т.п.

В течение первых пяти лет своей жизни дети учатся тому, как:

- управлять собственным поведением;
- распознавать и выражать собственные эмоции и управлять ими;
- понимать чувства других людей и бережно обращаться с ними;
- общаться с друзьями;
- быть членом группы;
- строить близкие взаимоотношения со взрослыми, включая родителей, других членов семьи и учителей.

Дети приобретают эти социально-эмоциональные навыки через тесное общение со взрослыми, задавая вопросы и отвечая на них, обмениваясь впечатлениями и опытом и получая советы и наставления. Очень важную роль в приобретении детьми этих навыков играют детские игры. Через игру дети оттачивают свои социальные навыки, познают эмоции и чувства, пробуют новые модели поведения и получают ответные реакции от других людей. Игра позволяет детям узнавать новое о себе и о других людях, а также развивать навыки общения и взаимодействия с окружающими их людьми.



Введение

Что мой ребенок узнает о себе и о своих чувствах?

- Ему нравится чувствовать себя «независимым», но он также любит проводить время с родителями и семьей.
- Ваш пятилетний ребенок очень любит делать что-то самому. Он может отказаться от вашей помощи, даже если ему трудно это сделать и он расстраивается из-за этого.
- У ребенка появилось множество навыков, и ему нравится показывать, чему он недавно научился.
- У него множество способов описать себя и то, что он умеет. «Мне уже пять лет! Это больше, чем четыре!» «Я знаю названия всех планет!» «Я умею кататься на скейтборде! А когда я был маленьким, я не умел на нем кататься».
- Он может самостоятельно начать убирать комнату, даже если его об этом не просили.
- Он изобрел несколько способов успокаиваться, когда у него портится настроение, но иногда ему нужны поддержка и утешения близких взрослых, чтобы напомнить ему стратегии, которые он может использовать.
- Он может выразить и описывать такие чувства, как грусть, злость, раздражение, растерянность и страх, и может объяснить, что вызвало эти чувства, а также может попросить утешить его.
- Иногда он может предполагать, что чувствовал бы в определенных ситуациях: «Если он меня ударит, я расстроюсь и не захочу больше с ним играть».
- Он также может описать чувства других детей и иногда понять, почему они чувствуют себя таким образом. «Паша злой, потому что Катя сломала его башню из кубиков».
- Иногда он может утешить или проявить сочувствие к другому ребенку, особенно если сам не участвовал в конфликте.
- Что он узнает о других людях и о взаимоотношениях?
- Дружба очень важна для успеха детей в школе и в жизни.
- Растущая способность общаться и договариваться со своими друзьями позволяет ребенку играть с ними дольше и участвовать в более сложных играх. Он может вообразить вместе с друзьями, что они находятся на космическом корабле, который путешествует по открытому космосу, и они могут вместе построить его из картонных коробок.
- Он может сравнивать себя со своими друзьями: «Денис быстрее всех бегаёт, а я умею строить башни выше, чем у всех».
- Ребенок может завести особую дружбу с другим ребенком и называть его своим «лучшим другом».
- Он все еще пытается понять, что такое «дружба», и может думать, что если он с кем-то поссорился, то они больше не друзья.
- У ребенка появились некоторые навыки присоединяться к играм других детей. Он может понаблюдать за игрой какое-то время, потом начать играть рядом с ними или спросить, можно ли ему поиграть вместе с ними, предложив, что он может быть в придуманной семье «братиком».
- Ребенок уже немного умеет договариваться и может использовать эти навыки, чтобы улаживать ссоры с друзьями. Играя с детьми, ребенок иногда может поделиться игрушками и другими вещами, но все-таки пытается договориться, исходя из того, «кто взял ее первым» и «чья теперь очередь».



Как дети учатся чувствам и отношениям?
СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Играя с детьми, ребенок может давать им указания, например: «Ты будешь директором зоопарка, а мы будем животными». Иногда он может следовать указаниям других детей. Но в некоторых случаях он может рассердиться и начать угрожать, что не будет играть с ними, если они не будут играть, как он сказал.
- Он может участвовать в групповых занятиях с несколькими другими детьми и может дожидаться своей очереди говорить.
- Ему нравится знать, что будет дальше, и когда ему говорят о будущих изменениях, он может принять участие вместе со всеми.
- Родители и учителя являются для него очень важным источником поддержки и информации, но иногда он может сопротивляться указаниям взрослых и попытаться договориться с ними, например: «Если ты разрешишь посмотреть кино, я уберу свои игрушки».
- По всей видимости, он готов принимать решения и продолжает «проверять», действительно ли этот взрослый все еще отвечает за принятие решений.
- У ребенка начинает получаться следовать правилам поведения и напоминать другим детям об этих правилах, даже если рядом нет взрослых, но иногда ему необходимо напоминать, как нужно себя вести.



Как дети учатся чувствам и отношениям? СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Советы родителям по оказанию помощи ребенку Познание ребенком себя как личности

- Привлекайте детей к реальной повседневной работе по дому, такой, как складывание белья, помывка машины, вынос мусора, загрузка посудомоечной машины, кормление собаки. Если вы будете чередовать задания так, чтобы ребенок мог постоянно учиться делать что-то новое, ему будет всегда интересно, и он также приобретет различные навыки.
- Находите время, чтобы поговорить с ребенком о том, чему он учится, и проявляйте интерес к его новым умениям. Благодаря этому, он будет знать, что вы интересуетесь им как личностью. Будьте конкретны: «Ты научился ездить на велосипеде и держать равновесие. Я знаю, как долго ты тренировался, чтобы научиться этому». Это полезнее для ребенка, чем просто: «Молодец!», потому что он не увидит, что вы действительно наблюдали за ним.
- Теперь, когда ваш ребенок больше времени проводит с друзьями, игрушками и электронными играми, для вас еще важнее планировать совместное времяпровождение. Он все еще нуждается в том, чтобы вы разговаривали с ним, читали вместе с ним книжки, занимались вместе с ним любимыми делами и обнимали его.
- У него много вопросов и интересных наблюдений о мире. Помимо высказывания вашего собственного суждения по тому или иному поводу, очень важно спрашивать, что думает он. Ребенок может сказать отцу: «Папа, а тот человек только что перешел дорогу на красный свет». А отец может ответить ему: «Я это тоже заметил. Что ты об этом думаешь?».

Это будет для него шансом проверить свои теории, передать собственные идеи словами и потренироваться в рассуждениях.

- Теперь он способен обсуждать некоторые абстрактные идеи. Вы можете поговорить с ним о ваших семейных ценностях, например, о доброте, о дружбе, об умении выслушать другого человека, о взаимной поддержке и т.д. Вы можете спрашивать его об этих ценностях и рассказывать ему истории, чтобы дать ему примеры.

Эти ежедневные обсуждения дают вам возможность научить вашего ребенка вашим семейным и культурным ценностям и убеждениям и даст ему шанс "думать вслух" вместе с вами о его возрастающем понимании вещей.

- В своем стремлении стать «взрослым» ребенок может отказаться сделать то, что вы попросили. Даже если необходимо остановить ребенка или поставить какие-то ограничения, вы можете дать ему знать, что поняли его идею. Если он отказывается положить свои машинки на место даже после того, как вы сделали ему замечание, вы можете поговорить с ним следующим образом:
 - «Пора убрать твои машинки». (Вы ставите позитивное ограничение.)
 - «Я знаю, как ты любишь с ними играть». (Вы признаете его идею.)
 - «Нам нужно их убрать, чтобы они не сломались и не потерялись». (Вы даете ему информацию.)
 - «Ты готов убрать их прямо сейчас или ты хочешь поиграть с ними еще 5 минут?» (Вы предлагаете ему сделать выбор.)
 - «Как нам это сделать? Разложим их по цвету или по видам машинок?» (Вы побуждаете его высказать собственную идею.)



Как дети учатся чувствам и отношениям? СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- «Я знаю, что ты любишь играть со своими машинками, но сейчас их нужно положить на место. Если ты не можешь положить их на место сейчас, я уберу их на весь день, а завтра мы попробуем снова». (Окончательное ограничение и единственный возможный вариант при необходимости.)

Познание ребенком собственных чувств:

- Периодически уделяйте время, чтобы поговорить и расспросить о чувствах ребенка:
 - «Как прошел день? Что у тебя было хорошего? Ты на кого-нибудь злился? Происходило ли что-нибудь грустное? Какая часть дня тебе понравилась больше всего?»
 - «Как думаешь, что чувствовал сегодня твой друг, когда Дима не смог с ним поиграть?»
 - Когда ребенок делится с вами своими чувствами и впечатлениями, вы можете выслушать, что он думает, и обсудить их с ним:
 - «По-моему, ты расстроен».
 - «Конечно, может быть неприятно, когда ты пытаешься построить башню, а она все время падает».
 - «Я вижу, тебе не терпится пойти к своему другу в гости».
- Помогите ребенку найти безопасные способы выражения эмоций:
 - «Мне кажется, ты злишься на своего друга. Может, ты скажешь ему, почему ты на него злишься?»
 - «Хорошо ли бить кого-то, когда ты злишься? Что еще ты можешь сделать правильно, чтобы не повредить ни себе, ни другим?»
- Если ваш ребенок напуган, встаньте рядом с ним и предложите ему защиту. Иногда вашему ребенку не хочется, чтобы его уводили из страшного места, но он хочет, чтобы вы были рядом и были готовы помочь ему. Если он боится чудовищ, вы можете спросить его, что именно его пугает. Вы можете даже помочь ему сделать из его рисунков книжку (скрепив их вместе степлером) и написать слова, чтобы получилась история. Вы можете спросить его, что могло бы помочь ему почувствовать себя в большей безопасности. Обсуждение его страхов может помочь ему обрести чувство мастерства и знания и почувствовать, что со страхом можно справиться.
- Помогите ребенку понять, что его чувства естественны и что вы готовы выслушать или понять его чувства.
Это позволит ему доверять вам свои чувства и не думать, что он должен скрывать их от вас, а также создаст для него условия делиться с вами чувствами в течение долгих лет.

Знакомство с другими людьми:

- Дайте вашему ребенку возможность играть с другими детьми (в парке, с детьми соседей или родственников, в детском саду или в местных кружках).
- Часто приходите посмотреть, как он играет с другими детьми. Возможно, ему понадобится ваша помощь, чтобы договориться о чем-то, выслушать идеи друзей, высказать собственные идеи и эмоции и прийти к общему решению, если у них была ссора. Также ему может понадобиться помощь в том, что касается безопасности, так как он и его друзья всегда пытаются сделать что-то новое и не всегда понимают, что это может быть опасно.

allaboutyoungchildren.org