



ИНФОРМАЦИЯ О ВОЗРАСТЕ РЕБЕНКА

18 месяцев до 36 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 таланты 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 собственных эмоциях?

Ваш трехлетний ребенок уже развил ясное восприятие самого себя и может объяснить, что он хочет и что он чувствует. Он уже может назвать членов своей семьи и своих друзей. Он может ясно выразить, что ему нравится и что ему не нравится. В круг людей, с которыми он предпочитает проводить время, могут входить члены семьи, друзья, воспитатели и соседи.

Ребенку нравится ощущение, что он может делать что-то новое. Ему нравится делать все самому, даже если это трудно и поэтому может расстроить его. Он может настаивать на том, что сам наденет ботинки, даже если на это уйдет 10 минут и он перепутает левый ботинок с правым.

Играя с друзьями, он может иногда поддерживать идеи других детей и делиться игрушками, но, скорее всего, он будет часто использовать слово «мое». В целом ребенку нравится проводить время с друзьями, и он может просить погулять вместе с ними.

Он может выражать некоторые эмоции словами (веселый, грустный, злой, страшный) и может при необходимости обращаться за помощью. Чувства все еще могут быть слишком интенсивными для ребенка, что может приводить к приступам гнева. В этом возрасте ребенок также может испытывать некоторые страхи, например, он может бояться пчел, собак или чудовищ. Ребенок «практикуется» в использовании эмоций и может «притворяться, что плачет», если играет в какую-то грустную игру. Он также может изображать эмоции, разглядывая себя в зеркало, чтобы увидеть, на что они похожи.

Ребенок может демонстрировать, что понимает чувства других людей и может предложить поддержку, обняв друга или предложив ему свою любимую игрушку. Иногда ребенок может сочувствовать другим людям, но, скорее всего, он выразит сочувствие, если сам не испытывает сильных эмоций.

Дети этого возраста чаще изображают в своих играх события из реальной жизни, например, визит к врачу или поход в магазин. Такие игры помогают детям понимать события и дают им ощущение понимания и предсказуемости своей жизни.

Что ребенок узнает о других людях и о взаимоотношениях?

Ваш 36-месячный ребенок уже развил некоторые навыки игры с другими детьми. В некоторых случаях он будет играть рядом с другим ребенком похожими игрушками, но каждый из них будет играть в собственную игру. В других случаях он будет общаться, разговаривать и играть с другими детьми. Дети этого возраста любят «игры-притворялки», и они могут притворяться собаками или младенцами и давать такие простые указания своим друзьям, как: «Пора спать, мой малыш». Ребенок будет изображать как своих друзей, так и взрослых, чтобы приобрести новые модели поведения и навыки. Играя с друзьями, ребенок может иногда поддерживать идеи других детей и делиться игрушками, но все же он будет часто использовать слово «мое». В целом ему нравится проводить время с друзьями, и он может попросить встретиться с ними, чтобы поиграть.



Как дети учатся чувствам и отношениям? СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Он может выполнять простые действия по уборке дома, особенно если он делает это вместе со взрослыми.

Если он посещал детский сад, он, как правило, легко переносит то, что его оставляют с другими людьми. Некоторые дети могут все-таки поплакать несколько минут, когда их родители уходят, но очень скоро они присоединяются к игре.

Советы родителям по оказанию помощи ребенку в познании им самого себя как личности, собственных эмоций и других людей

Познание ребенком себя как личности:

- Поощряйте его ухаживать за собой столько, сколько он хочет. Маленькие дети любят участвовать в событиях, учиться чему-то новому и чувствовать себя полезными. Ребенок этого возраста может выполнять следующие действия:

У него может уходить на это больше времени, чтобы делать это самостоятельно, но когда вы проводите с ним время таким образом, вы даете ему понять, что считаете его способным, и помогаете ему развивать новые навыки.

- Он может вам помогать одевать и раздевать его, накрывать себе на стол и самостоятельно кушать, наливать воду из маленького кувшина в свою чашку, помогать мыть овощи, помогать накрывать на стол, убирать свои игрушки или помогать мыть окна.
- Когда он говорит «нет» или не хочет делать того, что вы просите, не забывайте, что он просто практикуется в том, чтобы быть независимой личностью. Даже если необходимо остановить ребенка или каким-либо образом ограничить его действия, вы можете дать ему понять, что понимаете, что у него есть хорошие идеи.
 - «Мне придется запретить тебе залезать на шкаф». (Вы ставите физическое ограничение.)
 - «Ты можешь спуститься сам или тебе помочь?» (Вы предлагаете единственный возможный выбор.)
 - «Тебе нравится лазить или ты просто хотел достать книгу?» (Вы подтверждаете, что у него могут быть хорошие идеи.)
 - «Книга не очень хорошо держится на полке и может упасть, если ты на нее наступишь». (Вы даете ему информацию.)
 - «Если ты хочешь ползать, на улице есть специальная горка». (Вы предлагаете ему варианты и другой способ выразить его идею)

Познание собственных эмоций:

- Помогите ребенку понять его эмоции и чувства, называя их:
 - «Ты какой-то грустный».
 - «Конечно, может быть неприятно, когда ты пытаешься надеть ботинок, а нога застревает в нем».
 - «Я понимаю, что тебе не терпится пойти в парк».
- Помогите ему понять, из-за чего могут возникать определенные эмоции.
 - «Ты упал. Наверное, ты поранился и чуть-чуть испугался».
 - «Когда ты прощаешься с мамой, может стать немного грустно».
 - «Ты выглядишь таким счастливым, когда играешь с братом».



Как дети учатся чувствам и отношениям?
СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- Спросите его, что он чувствует:
 - «Как у тебя дела?»
 - «Посмотри на мальчика в этой книге. Как думаешь, какое у него настроение?»
- Помогите ему найти безопасные способы выражения своих эмоций.
 - «Когда ты злишься, ты можешь сказать своему другу: «Я злюсь»».
 - «Когда ты злишься, и тебе хочется кого-нибудь стукнуть, ты можешь поколотить эту подушку».
- Вы можете использовать книги, в которых описаны эмоции, или фотографии, на которых они изображены, чтобы сказать детям, как называются эти эмоции, и поговорить об эмоциях других детей.
- Повесьте зеркало на уровне лица вашего ребенка. Ему может быть интересно разглядывать собственное лицо, когда он испытывает какие-либо эмоции, или погримасничать, чтобы изобразить какую-либо эмоцию.
- 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 дружелюбной соседской собаки, вы можете присесть рядом с ним на корточки, слегка прижать его к себе и поговорить о собаке. Очень часто ваше присутствие, дополнительная информация и безопаснее взаимодействие могут помочь ему немного справиться со страхом. Если он хочет уйти, уведите его оттуда. Иногда бывает полезным сделать фотографию чего-нибудь страшного, дать ребенку поддержать ее и поговорить с ним о фотографии, чтобы помочь ребенку преодолеть страх.
- Объясните ребенку, что его чувства естественны и что вы готовы выслушать и понять его чувства.

Это позволит ему доверять вам свои чувства и не думать, что он должен скрывать их от вас.

Знакомство с другими людьми:

- Дайте вашему ребенку какое-то время, чтобы он мог привыкнуть к новым людям, когда оказывается в непривычной обстановке. Если за ним будет присматривать друг семьи, когда вам нужно уйти, пригласите его за день или за пару часов до вашего ухода, чтобы он мог посидеть и поиграть с ребенком. Чем лучше ребенок узнает нового человека, тем комфортнее он будет себя чувствовать, когда вы уйдете.
- Когда ваш ребенок начинает ходить в детский сад, дайте ему возможность познакомиться с воспитателем и с окружающей обстановкой.
 - Несколько раз зайдите в детский сад вместе с ребенком и оставайтесь там какое-то время, чтобы он мог осмотреться в новой обстановке в вашем присутствии.
 - Познакомьтесь с воспитателем, чтобы убедиться, что вы можете доверить ему своего ребенка.
 - Сначала оставляйте своего ребенка ненадолго, чтобы он понял, что вы вернетесь.
- Дайте ему возможность играть с другими детьми (в парке, с детьми соседей или родственников, в детском саду или в кружке для родителей с детьми).
 - Помните, что хотя он может быть рад другим детям, он не всегда понимает, как с ними играть, и он может ссориться с ними из-за игрушек или стесняться вступить в игру.



Как дети учатся чувствам и отношениям?
СОЦИАЛЬНОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

- В этом возрасте дети не любят делиться. Если вы будете выводить детей играть на нейтральной территории, например, на пляже или во дворе, возможно, они будут реже ссориться из-за игрушек. Игры в песочнице или в воде с несколькими лопатками и ведерками могут оказаться очень веселым способом поиграть с друзьями.
- Очень важно хорошо присматривать за ребенком в этом возрасте, когда он играет с детьми. Возможно, ему понадобится ваша помощь в том, что касается проявления эмоций и умения выслушать другого ребенка.

allaboutyoungchildren.org