



ЧТО ТАКОЕ ОБИДА

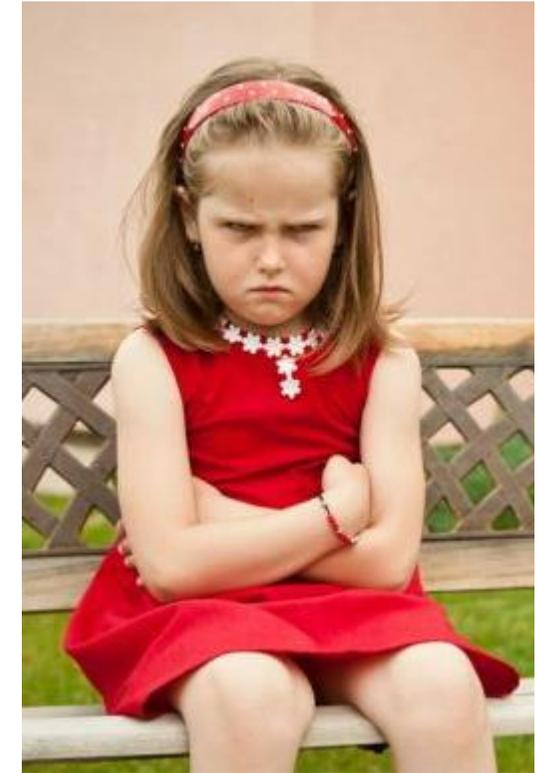
Обида - это эмоциональная реакция человека, если он воспринимает нечто как несправедливость по отношению к себе, а также переживание, связанное с игнорированием или отвержением. Когда дети обижаются, это может выглядеть по-разному. Один, надув губы, демонстративно отворачивается и уходит. Другой громко плачет и кричит: «Ты плохой! Ты плохой!». Третий может перейти от слов к делу - начать, плача, бить обидчика. Иногда эмоциональное состояние ребенка может принять такие крайние формы, что он, громко плача и крича, может вырываться из рук взрослых, которые стараются его успокоить, и пытаться убежать, сам не понимая куда.

Ребенок еще не знает, как с этим справиться, и пережитые им сильнейшие эмоции травмируют психику, навсегда отпечатываясь в подсознании. Во взрослой жизни вы обязательно ощутите влияние прошлых обид. Например, из-за неудачной шутки учительницы на виду у одноклассников, в зрелом возрасте вполне может развиться страх перед большой аудиторией, чувство тревоги и замкнутости.

ПРИЧИНЫ ДЕТСКОЙ ОБИДЫ

Ребенок испытывает обиду – казалось бы, обычная ситуация. Но нужно разобраться, почему она происходит и что можно сделать, чтобы предотвратить неприятные моменты.

- Врожденная ранимость. Иногда бывает так, что ребенок по характеру очень чувствительный. Каждая неприятная мелочь приводит его в расстройство. Такому малышу особенно важно видеть, что родители любят его.
- Непринятие особенностей малыша. Некоторые родители не принимают ребенка таким, какой он есть. И здесь идет речь не о физических характеристиках, а о психологических. Такие родители ставят малыша в определённые рамки, в которых ему некомфортно. Отсюда и обиды.
- Ощущение враждебности окружающего мира. Иногда случается такое, что ребенок постоянно попадает под запреты и ограничения. Поэтому он делает вывод, что весь мир против него.
- Гиперопека. Не все родители могут признать, что их ребенок – это самостоятельный человек, у которого есть своя точка зрения и желания. Они подавляют решимость малыша, его попытки действовать. Они не верят в него, а отсюда возникает и неверие самого ребенка в себя. Он начинает бояться стрессовых ситуаций и трудностей. И когда у него не получается с ними справиться, он обижается.



ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ И ПУТИ ВЫХОДА ИЗ СОСТОЯНИЯ ОБИДЫ

*Работу выполнила
Студентка 16ДО162
Ревягина Вера*



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ПРЕОДОЛЕТЬ ОБИДУ

Мама с папой должны в этой ситуации правильно повести себя и сделать всё возможное, чтобы обида не засела в голове у ребенка. Вот несколько советов:

1. Помогите ребенку успокоиться. Часто обиженный малыш начинает плакать или устраивать настоящую истерику. Поэтому будьте с ним добры, обнимите, поцелуйте, дайте попить воды.

2. Посочувствуйте ему. Ребенок должен осознать, что вы понимаете его обиду и поддерживайте его. Объясните, что вы на его стороне.

3. «Нельзя» перерастает в «можно». Маленький секрет, который станет залогом душевного спокойствия в семье. Если ребенок хочет мороженое, но ему нельзя, то предложите другую сладость. Если хочет смотреть мультфильм, то скажите, что будет интереснее почитать сказку.

ОШИБКИ, СОВЕРШАЕМЫЕ ПРИ ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА

- Без вины виноватый ребенок. Типичная родительская ошибка - сначала в сердцах накричать на малыша, наказать его, и только после начать разбираться, в чем суть проблемы.

- Обвинять и наказывать на людях. Психологи утверждают, что если и приходится ругать наказывать ребенка, то делать это необходимо тет-а-тет.

- Не считаться с мнением малыша. Особенно обидно слышать маленьким детям о том, что они не имеют права голоса в семье.

- Привычка забирать собственное слово назад.

- Рассказывать секреты своего ребенка. Привычка родителей, особенно - мам, рассказывать о делах ребенка своим друзьям и просто знакомым на улице очень не нравится малышам.

- Запрещать что-либо, акцентируя внимание на возрасте. Родители не обращают внимание на то, что сверстники ребенка уже давно делают многие вещи, и он из-за этого начинает чувствовать себя ущербным.

- Игнорирование детских проблем.

- Сравнение с другими детьми не в пользу малыша.

- Серьезный обман, который со временем раскрылся.



ИГРЫ ДЛЯ ОБИДЧИВЫХ ДЕТЕЙ

1. «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!».

2. «Жужа». Выбирается ведущий — «жужа», вокруг которого бегают, дёргают его, строят рожи, дразнят. Когда «жужа» надоедает приставания, он вскакивает и пытается догнать одного из обидчиков. Кого поймали — тот и «жужа».

3. «Отпускаем обиды». Берем воздушный шарик и ребенка. Идем в любое понравившееся место, пишем маркером на шарике все свои обиды, переживания, неудачи. Дайте ребенку подумать, не торопитесь. И отпустите шарик в небо. Отпустите все свои обиды.

