

Как научить ребенка понимать свои желания и настроения?

Благодаря развитию представлений о себе и своих возможностях ребенок способен усваивать основные способы самообслуживания, выделять, понимать и осмысливать события своей жизни, строить отношения с другими людьми.

И задача родителей – создать условия для формирования у ребенка представлений о себе и ближайшем социальном окружении.

Формирование первичных представлений о своих возможностях и умениях.

Представления о своих возможностях и умениях формируются у ребенка благодаря целостному восприятию своей внешности, своих действий и событий собственной жизни. Развитие осознанного зрительного восприятия своей внешности – это выделение характерных признаков внешности: лица, волос, анатомических особенностей; закрепление зрительного образа самого себя путем узнавания на фотографиях, в зеркальном отражении, сравнения себя со сверстниками (по внешним признакам); выделение себя по половому признаку (я – мальчик, я – девочка).



Организация игр с зеркалом, фотоальбомом позволит вам проигрывать разнообразные ситуации, главным героем которых станет ваш ребенок.

Игры с зеркалом направлены на фиксацию ребенка на своем изображении, рассматривание себя и узнавание в зеркале, соотнесение своего отражения в зеркале с собой, узнавание своего отражения среди других членов семьи, в другой одежде и др.

С **фотоальбома** часто начинается общение ребенка с книгой. Соберите фотографии ребенка с момента рождения. Специально фотографируйте его в разной одежде (зимней и летней, разноцветной и белой, своей и с чужого плеча), в различных ситуациях (дома, на улице, в машине, за столом, в постели), в разном эмоциональном состоянии (в радости, удивлении, огорчении, смущении). Предлагайте ребенку «почитать книжку о нем», т.е. фотоальбом. Придумывайте истории типа: «Жил-был маленький хороший мальчик. Посмотри сюда. Это ты. Звали его... Он был такой маленький, что его все очень любили. Каждый день он просил кушать и иногда громко плакал. Однажды...». Каждый раз придумывайте

новую историю, сюжет которой будет развиваться в зависимости от эмоционального состояния ребенка, от количества фотографий и ваших целей. Ребенок очень любит смотреть на свои фотографии; он готов слушать рассказы о себе многократно. Он будет предлагать Вам этот фотоальбом, чтобы Вы вновь и вновь рассказывали истории



о нем. Делайте это. При систематическом «чтении его книжки» ребенок научится рассматривать фотографии, выделяя внешние признаки (цвет волос и глаз, рост, одежду), находить свой снимок среди других, узнавать себя на групповых фотографиях, различать себя одетого по-разному, с выражением различных эмоций (смеется, плачет, испуган и др.), в различных ситуациях (кушает, спит, играет). С вашей помощью он научится выделять и различать основные события своей жизни (день рождения, поездка в зоопарк, поездка в гости, праздник, игры в парке с папой).

Если у вашего ребенка есть старший или младший брат (сестра), привлекайте его к этой игре. Учите ребенка сравнивать собственное изображение с фотографией брата (сестры), вместе с детьми ищите различия между снимками, сравнивайте с отражением детей в зеркале.

Рассматривая с ребенком фотографии, разглядывая других детей, фиксируйте внимание ребенка на различия во внешности и одежде у мальчиков и девочек. Учите ребенка выделять себя по половому признаку, относить себя к девочкам или мальчикам («Я мальчик, как папа», «Я девочка, как мама»). Формируйте у ребенка те привычки и устремления, которые будут обеспечивать ему половую идентификацию. Избегайте универсальности и безликости в одежде ребенка. Современные юбки (с подъюбником в виде шортиков), сарафаны для девочек могут быть не менее удобными, чем комбинезоны и шорты. Отращивайте девочке длинные волосы (если это возможно), покупайте красивые заколки, банты. Дарите на день рождения девочке цветы.



Формирование первичных представлений о своих возможностях.

Внешность является визитной карточкой любого человека. Куда бы вы не пришли с ребенком – в поликлинику, парк, магазин, или на медико-психолого-педагогическую комиссию, о его возможностях окружающие будут судить по его внешности (как и во что одет, насколько аккуратен, сутулится или держит спинку прямо, смотрит ли в глаза) и поведению (контактирует ли с окружающими, как реагирует на различные ситуации взаимодействия, хорошо ли воспитан?).



Ваша задача, уважаемые родители, заключается в том, чтобы красиво и нарядно одевая ребенка, научить его аккуратности в одежде, вниманию к своей внешности, умению ухаживать за собой и «преподносить себя окружающим» (ведь не зря «встречают по одежке»). Внешний вид вашего ребенка должен говорить не о вашем материальном достатке (или наоборот), но о внутреннем благополучии ребенка («Меня

любят», «Я многое умею», «Я многое хочу»). Ваше внимание и забота о внешнем виде ребенка помогут адаптировать его к требованиям социально активного проживания и обеспечат принятие вашего ребенка окружающими.

Внутреннее благополучие ребенка («Меня любят», «Я многое умею», «Я многое хочу») имеет внешнее выражение через демонстрацию им своих возможностей. Для того, чтобы ребенок мог демонстрировать свои возможности, необходимо осознавать их. Для начала научите ребенка понимать свои желания и настроения, выражать их в соответствии с теми социальными нормами, которые приняты в семье и обществе. Ребенку очень важно быть понятым окружающими его людьми. Старайтесь замечать те знаки, которыми ребенок пытается показывать свое



состояние, настроение, конкретное желание: его улыбку, бормотание, плач, когда он выглядит удивленно, когда он смотрит на что-то, или отворачивается и др. Когда у ребенка хорошее настроение, наблюдать за ним легче, потому что он пытается многое делать сам. Правильно «читайте» эти знаки, не считая их капризом, блажью, усталостью или проявлением болезни. Получая произвольные эмоциональные реакции ребенка¹ в виде смеха, жестов, мимических движений, лепетных звучаний, стимулируйте к их использованию в различных коммуникативных ситуациях (эмоциональном взаимодействии, совместной деятельности и др.). В случае, если ребенок усваивает и адекватно (в соответствии с ситуацией) использует эти способы выражения эмоционального состояния, нормализуются и его поведенческие реакции. Так, ребенок перестает кричать и падать на пол, чтобы привлечь к себе внимание. Он может выразить себя по – другому, жестами, мимикой и пр. Научите ребенка обозначать свои основные потребности и желания («я хочу..., я не хочу...»), эмоциональное состояние (мне больно, мне весело...) доступными коммуникативными средствами (жестами, мимикой, эмоциональными восклицаниями, речью, средствами альтернативной коммуникации – карточками с пиктограммами или предметными изображениями).



кричать и падать на пол, чтобы привлечь к себе внимание. Он может выразить себя по – другому, жестами, мимикой и пр. Научите ребенка обозначать свои основные потребности и желания («я хочу..., я не хочу...»), эмоциональное состояние (мне больно, мне весело...) доступными коммуникативными средствами (жестами, мимикой, эмоциональными восклицаниями, речью, средствами альтернативной коммуникации – карточками с пиктограммами или предметными изображениями).



Формирование представлений о ближайшем социальном окружении.

Под «ближайшим социальным окружением» подразумевается территория за пределами квартиры, которая рассматривается в первую очередь в социальном аспекте: так, на лестничной площадке для нас важны встречи и общение с соседями; на детской площадке – контакты с детьми; в магазине – общение с продавцом и покупателями. Кроме возможностей общения, «ближайшее социальное

¹ Эмоциональные реакции могут быть разными (крик, визг, разбрасывание вещей, самоагрессия). Выбирайте и закрепляйте социально желательные эмоциональные реакции.

окружение» - это территория, где ребенок знакомится с окружающим миром – миром людей и предметов, природой.

Помните, что, покидая пределы квартиры, ребенок оказывается «на вражеской территории», зачастую остро ощущая враждебность окружающего мира. Необходимо помочь ему шаг за шагом осваивать пространство вокруг, постепенно избавляясь от страхов и накапливая позитивный опыт.

Чтобы ребенок «обжил», принял в свое сознание еще «кусочек мира», необходимо прежде всего выявить негативные эмоции и страхи, связанные с определенными местами, предметами, людьми, а затем их нейтрализовать.

Другим аспектом работы будет – общение с родными и близкими. Тепло, ласка, терпение – вот основа развития чувства привязанности к вам.

Привлекая его внимание к вашим эмоциям (выражению своего лица, смеху, гримасам) и действиям, стимулируйте ребенка к их подражанию. Развивая *способность к подражанию*, вы фактически включаете механизм, на основе которого ребенок присваивает первичный жизненный опыт.



Постепенно ребенок научится различать близких ему людей по

внешним признакам (прическе, очкам, бороде...). Сделайте этот процесс направленным: организуйте игры на узнавание другого человека с помощью осязающих движений, по голосу, с переодеванием. Имея возможность рассматривать людей, трогать, слушать их, ребенок учится выделять их характерные

признаки, узнавать родных в различных ситуациях, в разной одежде, с разным настроением. Поможет в этом и «Семейный альбом», в котором вы соберете фотографии всех членов семьи и ближайших родственников в разные годы жизни, в различных ситуациях. Узнавание каждого члена семьи на фотографии можно объединить с узнаванием его отражения в зеркале. Побуждайте ребенка эмоционально реагировать на знакомые изображения, придумывайте короткие рассказы с их участием или вспоминайте случаи из их жизни. Благодаря играм с семейным альбомом у ребенка сформируются



первичные *представления о семье: ее составе, функциях каждого члена семьи, выделении себя как члена семьи и определении своего статуса (сын, дочь)*. Для того чтобы ребенок **воспринимал и различал членов семьи по их функциям, необходимо жестко закрепить эти функции за каждым** (папа купает по вечерам, а в выходные дни гуляет и делает гимнастику, бабушка готовит еду и кормит и т.д.). Польза для ребенка в этом распределении функций очевидна. Он выстраивает свои отношения с каждым членом семьи ситуативно, что дает ему ощущения безопасности и комфорта. Благодаря этому усваиваются различные модели

поведения (с бабушкой – обслуживание, с папой – партнерство). Семья для ребенка - это модель общества. И чем разнообразнее будут контакты ребенка с каждым членом семьи, тем благоприятнее станут условия социального включения ребенка в социум. Для взрослых членов семьи такое распределение тоже благо, так как распределяются не только обязанности, но и ответственность, не только долги по отношению к ребенку, но и радость общения с ним.

В любом взаимодействии с ребенком побуждайте его *ориентироваться на вас как на партнера*: демонстрируя свои действия, побуждайте ребенка выражать свое отношение к ним, действовать по подражанию, учите обращаться за помощью и принимать эту помощь и пр. Эти умения помогут формировать у ребенка модели коммуникативного поведения (здороваться, прощаться, выражать просьбы, желания, просить, предлагать).

