

<http://semya.tv/ja-roditel>

<http://www.ya-roditel.ru/>

<http://ds78.detkin-club.ru/parents/38207>

Портал "Я-родитель"

ОДИНОЧЕСТВО РЕБЁНКА – КАПРИЗЫ ИЛИ ДЕТСКАЯ ДЕПРЕССИЯ?

В век технологий люди по собственной воле отдаляются друг от друга, испытывая при этом естественные потребности к искреннему общению. Подрастающее поколение наиболее болезненно реагирует на эти негативные тенденции, и вот, психологам и педагогам уже приходится констатировать, что детское одиночество, как серьёзная психологическая проблема стремительно молодеет. Поэтому многие родители всё чаще задаются вопросами – как избежать душераздирающих детских жалоб «со мной никто не дружит», «меня никто не любит», «я никому не нужен»?

1.

1. Крепкая любящая семья – первый залог душевной гармонии малыша

Согласно многочисленным исследованиям, детское «я никому не нужен» может возникнуть уже в самом раннем возрасте 2-2,5 года. Ребёнок, даже если он ещё не способен выразить мысли словами, прекрасно чувствует отношение к себе со стороны окружающих. Поэтому, если малыш с первых лет жизни становится свидетелем взрослых ссор, видит, что маме и папе «не до него», в будущем у него возникнут серьёзные проблемы с взаимодействием с социумом. Поэтому, главная задача родителей, воспитывающих малыша – внушить, что он всегда может обратиться к маме и папе, и они никогда не оставят его в беде. Внушить эти истины можно с помощью выполнения простых правил:

А. Никогда не ссориться маме и папе при ребёнке. Бытовая ругань разрушает веру малыша в незыблемость семьи и вселяет неосознанный страх за свою безопасность.

В. Стремиться к пониманию детских фобий, не отторгать их. Например, если ребёнок боится темноты, то можно побороть этот страх с помощью игры «Жмурки». Если же взрослый регулярно игнорирует детские страхи, оставляя с ними малыша один на один, то провоцирует рост недоверия малыша к родителю, что потом создаст для него барьеры к вхождению в социум.

С. Приучайте ребёнка к совместным играм и труду. В раннем возрасте ребёнок испытывает колоссальное удовольствие в коллективных действиях. Не стоит отказывать ему в этом, даже если вы очень заняты. Многие домашние обязанности можно выполнять вместе с малышом, ну а уж вы будете регулярно разделять с ним весёлую игру, так это принесёт радость не только ребёнку, но и вам!

2. Дошкольный возраст. Учимся дружить.

После трёх лет многое меняется в жизни ребёнка. Он учится самостоятельности, отделять своё Я от окружающего мира, абстрагироваться от существующей ситуации. В этом возрасте особенно важно малышу научиться взаимодействовать не только с родителями и взрослыми, но и со сверстниками. Однако часто детям трудно завести друзей, потому что

им не хватает необходимых для этого навыков общения. Как правило, это происходит в силу нескольких причин:

- А. У малыша недостаточно хорошо развита речь. Чтобы ребёнок не имел проблем с общением, родителям нужно в 3-4 года уделять особое внимание этому компоненту детского развития. Беседы, просьбы рассказать о том, как прошёл день, описать увиденное, чтение ребёнку детской литературы и много других способов постепенно будут помогать малышу более точно, ярко и интересно выражать свои мысли, просьбы, вопросы к ровесникам и взрослым.
- В. Ребёнок привык к тому, что всё внимание окружающих привлечено только к нему, поэтому он искренне удивляется и возмущается, если это не так. На этой почве возникают многие конфликты. Родителям нужно убедить ребёнка в том, что невозможно дружить, ничего не отдавая. Детский коллектив не любит ябед, жадин, драчунов. Малыши чаще всего тянутся к тем, кто готов делиться, отзывчив и миролюбив. Прививается подобная модель поведения не один день. Лучшими помощниками в этом является мир природы (забота о домашних животных, растениях – прекрасный метод воспитания доброго отношения к окружающему), труд (бескорыстная помощь в домашних делах маме, папе – воспитывает отзывчивость), чтение и анализ детских художественных произведений («Теремок», «Гриб и Муравей», «Цветик-семицветик» и т.д.), и конечно же личный пример.

Только сформировав позитивное отношение ребёнка к окружающему миру, дав ему представления о доброте, взаимопомощи, дружбе, можно сформировать личность, которая не будет иметь коммуникативных проблем, и испытывать одиночества ни в детской, ни во взрослой жизни.

- 1. От 7 лет до отрочества. Кто мои лучшие друзья?  
Этот возраст характеризуется тем, что уже не вы являетесь авторитетом для ребёнка, а его окружение. Как правило, у школьника в этом возрасте появляется два-три друга, с которыми связь остаётся на всю оставшуюся жизнь. Если же в таком трудном жизненном периоде ребёнок остаётся один, не имеет своей компании, это повод для родителей задуматься, не является ли их чадо изгоем в коллективе. И даже несмотря на то, что повзрослевший ребёнок уже абсолютно сознателен в выборе симпатий, родители ещё имеют возможность помочь ему избавиться от одиночества. Для этого есть несколько способов:
  - А. Не запирайте ребёнка дома, давайте ему возможность взаимодействовать с ровесниками. Очень часто дети становятся изгоями в коллективе из-за того, что их дразнят «маменькиными сынками». Это очень сильно бьёт по психике ребёнка, а виновниками этих ударов невольно становятся родители. Больше свободы, час-два прогулки на территории школьного двора под присмотром учительницы или воспитателя продлённого дня точно никому не повредят.
  - В. Постарайтесь учитывать последние модные тенденции, которые есть в этой школе. Нравится нам это или нет, но многие внешние атрибуты для школьников имеют определяющее значение. Особенно этот пункт касается тех, кто воспитывает девочек. Что поделат, если в классе модно носить красные бантики, а не синие. В этом случае свою дочку стоит отправить в школу именно в красном. А за желание проявить свою индивидуальность у ребёнка не переживайте, оно обязательно появится позже.
  - С. Не оставайтесь равнодушными к детским проблемам. Святая обязанность родителя – узнать, чем живёт его чадо, особенно если ребёнок сам спешит поделиться со своей бедой. Доверительная беседа, ненавязчивый родительский совет укрепят дружбу ребёнка, и даже самые серьёзные проблемы со сверстниками станут не столь значительными.