



ГАЙД  
по улучшению детско-  
родительских отношений

**ЖЕЛАНИЕ  
ПРИВЛЕЧЬ К СЕБЕ  
ВНИМАНИЕ  
КАК ПРИЧИНА  
ПОВЕДЕНЧЕСКИХ  
ПРОБЛЕМ РЕБЕНКА**

для родителей демонстративных детей

педагог-психолог  
Анастасия Швалева



# АНАСТАСИЯ ШВАЛЕВА

## КОНСУЛЬТИРУЮ ПО ВОПРОСАМ:

- раннего развития;
- развития дошкольников, в том числе с ОВЗ
- подготовки к школе
- детско-родительских отношений

## ОПЫТ РАБОТЫ

### Педагог-психолог с 2017 года

БМАДОУ "Детский сад №19 компенсирующего вида" (г.Березовский)

Психолого-педагогическое сопровождение детей с ОВЗ и их родителей.

Консультирование родителей малышей до 3 лет в Службе ранней помощи.

## ОБРАЗОВАНИЕ

### Уральский Государственный Педагогический Университет

Магистр по направлению "Психология и педагогика инклюзивного образования", 2020 год

### Тюменский Государственный Университет

Бакалавр по направлению «Психология», 2017 год

### Московская Академия Права и Управления (Тюменский филиал)

Диплом с отличием по специальности "Юриспруденция", 2011 г.

*Гайд предназначен только для личного пользования.  
Копирование и распространение третьим лицам без  
согласия автора запрещено*

## НЕМНОГО ТЕОРИИ

# Демонстративность

это особенность личности, связанная с повышенной потребностью во внимании окружающих.

Остаться незамеченным  
для такого ребенка —  
*катастрофа*

## ОН ГОТОВ ПРИНЯТЬ ЛЮБОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ ВНИМАНИЯ:

- *восхищение;*
- *похвалу;*
- *сочувствие;*
- *удивление;*
- *негодование.*

*Только не игнор!*

# **ВАШ РЕБЕНОК ОБЛАДАЕТ ДЕМОНСТРАТИВНЫМ ТИПОМ ХАРАКТЕРА, ЕСЛИ:**

- Он склонен к резким переменам настроения, вспыльчивый
- Очень общительный
- Любит хвастаться
- Эгоцентричный (думает больше о себе)
- Целеустремленный, настойчивый
- Любит выступать на сцене, хочет стать известным певцом, танцором, блогером
- Имеет лидерские качества
- Обычно дополняет рисунки различными деталями

**Отметьте "галочкой" те признаки, которые есть у вашего ребенка. Если "галочек" больше 5, то, скорее всего, ваш ребенок имеет демонстративный тип личности**

## НЕГАТИВНАЯ ФОРМА САМОПРЕДЪЯВЛЕНИЯ

Она проявляется в том, что ребенок привлекает внимание окружающих путем **нарушения** социальных норм.



### **ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ:**

- *негативизм (знает, что накажут, но все равно делает)*
- *грубость, конфликтность*
- *отсутствие серьезных достижений в какой-либо области*
- *избалованность. капризность*

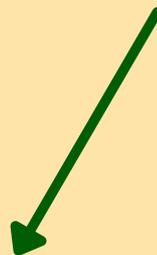
## ПОЗИТИВНАЯ ФОРМА САМОПРЕДЪЯВЛЕНИЯ

Она проявляется в том, что ребенок привлекает внимание окружающих путем *подчеркнутого соблюдения* социальных норм.

Позиция "отличника"



Подчеркнутое соблюдение норм



Повышенное внимание  
окружающих к соблюдению норм

### ХАРАКТЕРНЫЕ ЧЕРТЫ:

- нарочитая вежливость
- удержание позиции "идеального ребенка" только в общественных местах (в гостях, в школе и т.п.)
- часто в домашних условиях проявляется негативная форма самопредъявления (плохое поведение)
- высокий уровень умственного развития, отличники в учебе

# РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

- Уделяйте ребенку внимание не тогда, когда ребенок ведет себя плохо, а когда он ведет себя хорошо.**

Обеспечьте ребенку доверительное, эмоционально насыщенное общение, когда он ведет себя спокойно (играет, занимается творчеством, кушает и т.д.)

- Откажитесь от ярких эмоциональных реакций на негативное поведение ребенка**

Запомните, ваши сильные эмоции - поощрение для ребенка. Так вы закрепляете выбранную им модель поведения. Лучший способ наказать - лишиться общения с вами.

- Составьте с ребенком список последствий (наказаний) за его конкретные проступки**

На первых порах замечания за незначительные "хулиганства" нужно свести к минимуму. Если же он совершил что-то более серьезное, безэмоционально пресекайте это.

- Не устраивайте сцен примирения, иначе у ребенка может закрепиться ритуал: скандал-примирение**

Во время конфликта - вы должны проявить равнодушие и холодность. Чуть позже - тепло и внимание. Совершенные нарушения должны быть забыты, при этом наказания не должны отменяться.

- Найдите ребенку сферу, где он сможет реализовать свою демонстративность (творчество, сцена)**

# НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

## **Учитесь контролировать свои эмоции**

Для этого я рекомендую Вам регулярно вести специальную таблицу (см. стр. 9) и выполнять определенные действия (см. стр. 10)

## **Способствуйте развитию у ребенка эмпатии (преодолеваем эгоизм)**

Чтобы сместить акцент ребенка со своей личности на другого человека предлагаю Вам играть с ним в специальные игры (см. стр.12)

## **Формируйте у ребенка понимание значимости хороших поступков**

Для этого рекомендую Вам сделать с ребенком вместе "коробочку добрых дел" и ежедневно ее заполнять (подробности см. на стр.13)

## **Создавайте у ребенка ощущение успешности и признания**

Покажите ребенку, что Вы им гордитесь. Если он рисует - составляйте выставки его картин и обязательно показывайте их своим гостям. Если он выступает на сцене - дайте ему возможность показать свой номер и т.п. (см. стр.14)

## **Обязательно ежедневно находите время (хотя бы 15 минут) на доверительное общение с ребенком**

# УЧИМСЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ СВОИ ЭМОЦИИ

Заведите специальную тетрадь или блокнот. Нарисуйте там таблицу из 5 колонок: событие, мои мысли, мои эмоции, моя реакция, реакция ребенка (см. пример ниже)

<i>Событие</i>	<i>мои мысли</i>	<i>мои эмоции</i>	<i>моя реакция</i>	<i>реакция ребенка</i>
<i>сын нарисовал на стене</i>	<i>он не понимает, что этого нельзя делать</i>	<i>злость</i>	<i>накричала на сына, назвала его "тупым"</i>	<i>ушел в свою комнату, хлопнув дверью. Потом подошел и извинился.</i>

В течение дня или перед сном **ЕЖЕДНЕВНО** её заполняйте

**Старайтесь записывать ВСЕ поступки ребенка: и хорошие, и плохие**

## Учитесь реагировать спокойно

Отслеживайте свои эмоции и реакции

**И следите за реакциями ребенка на ваши изменения**

Помните, что поначалу ребенок будет проверять Вас на прочность и пытаться вывести из себя любыми способами.

**Будьте терпеливы и решительны!**

# УЧИМСЯ КОНТРОЛИРОВАТЬ СВОИ ЭМОЦИИ

## Сначала осознайте свою эмоцию

Прежде всего, нужно научиться понимать, какую эмоцию вы испытываете "здесь и сейчас". Чтобы узнать, какие эмоции бывают, воспользуйтесь цветовым колесом Р.Плутчика. Ни в коем случае, нельзя **блокировать** свои переживания! Их обязательно **необходимо выразить**. Сделать это можно следующими способами:



Сделать глубокий вдох, задержать дыхание на пике на пару секунд и сделать медленный выдох (представить, что вы выдыхаете свою эмоцию)

Мысленно перевести негативную эмоцию в кулак: сильно его сжать и расслабить (повторить несколько раз)



Проговорить эмоцию словами ("я злюсь. поэтому мне хочется кричать")



Ударить. шлепнуть



Накричать

## **РАЗВИВАЕМ ЭМПАТИЮ РЕБЕНКА**

**Знакомим ребенка с эмоциями  
(с помощью пиктограмм и картинок)**



**Беседы по сказкам (сравнение  
характера и поступков героев,  
сопереживание им)**



**Ролевая игра по сюжету сказки**



**Упражнение «Похвастайся соседом».**  
Поиграйте с ребенком в хвастунов. Только хвастаться надо не собой, а друг другом (можно подключить других членов семьи). Пусть ребенок подумает, что хорошего в другом человеке. Что умеет, какие хорошие поступки совершал?



**Спрашивайте у ребенка, что чувствует  
другой человек в определенный момент и  
почему? как ему можно помочь?  
(например, когда другой малыш плачет)**



## ФОРМИРУЕМ У РЕБЕНКА ПОНИМАНИЕ ЗНАЧИМОСТИ ХОРОШИХ ПОСТУПКОВ

**Чтобы удовлетворить потребность ребенка во внимании и одновременно побудить его к совершению добрых поступков, можно совместно с ним сделать *КОРОБОЧКУ ДОБРЫХ ДЕЛ***

Возьмите небольшую коробку, украсьте ее так, как хочет ребенок (можно использовать наклейки, краски, ленты, бусины, пайетки и т.д.). Пусть малыш придумает ей название. И записывайте с ним на листочке все добрые поступки, которые он совершил в течение дня. Эти листочки кладите в коробку, а в конце недели перечитывайте и говорите о том, сколько много полезного сделал ребенок.

По аналогии можно сделать ***КОПИЛКУ ДОБРЫХ ДЕЛ***, куда складываются не листочки, а мелкие камушки (фасоль, пуговики) за каждый хороший поступок.



# СОЗДАЕМ У РЕБЕНКА ОЩУЩЕНИЕ УСПЕШНОСТИ И ПРИЗНАНИЯ



Даже если ваш ребенок не посещает секций и не любит рисовать, найдите в нем ТО, что у него хорошо получается



Отмечайте его маленькие успехи на пути к большой победе



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Этот гайд не изменит Вашего ребенка. Но, вероятно, изменит Ваше отношение к нему.

Этот гайд - не "волшебная палочка", потребуются много усилий и терпения с Вашей стороны, чтобы Ваши детско-родительские отношения вышли из замкнутого круга:

**позиция "хулигана" у ребенка - его плохое поведение - повышенное внимание окружающих на это поведение.**

Но в результате Вы сохраните и (или) укрепите добрые, искренние, теплые чувства друг к другу.

Это ли не счастье 😊