В помощь взрослым «Поведение детей»

Агрессивный ребенок

Агрессивное поведение – одно из самых распространённых нарушений среди детей младшего школьного возраста, так как это наиболее быстрый и эффективный способ достижения цели.

Общепринятым считается, что у детей этого возраста отмечается в основном доброкачественная агрессия, которая представлена псевдоагрессией и оборонительной агрессией.

К псевдоагрессии относятся такие виды, как непреднамеренная агрессия и агрессия как самоутверждение. Непреднамеренная агрессия — случайное нанесение вреда человеку в детском коллективе достаточно распространена. Агрессия как попытка самоутвердиться проявляется и в игре, и в общении с родственниками. В игре ребенок как бы «отрабатывает» нарождающиеся лидерские тенденции становясь ситуационным лидером, у которого имеются подчиненные, слушающие его распоряжения. Оборонительная агрессия очень типична для детей этого возраста. Ее специфическая особенность в том, что она сопровождается гневом. А гнев — это реакция ребенка на нарушение значимой для него системы витальных ценностей (которые для каждого могут иметь свои специфические черты). Для одного значимым может быть лишь факт физического оскорбления, для другого — отнятая игрушка, для третьего — оскорбительное слово. В результате ребенок начинает бурно протестовать.

По данным доктора психологии, специалиста по семейному и детскому консультированию В. Оклендера, агрессивное поведение ребенка связано в первую очередь с окружением, а не с его внутренними побуждениями, с каким-то внутренним стремлением поступать так, а не иначе. Однако именно окружение (а не внутренние трудности) провоцируют ребенка; если ему чего и недостает — так это способности справиться с окружением, которое возбуждает в нем чувство страха и гнева. В. Оклендер подчеркивает, что обучение культурным формам выражения гнева является профилактической мерой и способом работы с агрессивным поведением.

Рекомендации родителям и педагогам

* Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
* Демонстрировать модель неагрессивного поведения.
* Быть последовательным в воспитании ребенка.
* Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
* Наказания не должны унижать ребенка.
* Быть внимательным к нуждам ребенка.
* Обучать приемлемым способам выражения гнева.
* Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после события.
* Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния окружающих людей.
* Развивать способность к сопереживанию.
* Расширять поведенческий репертуар ребенка.
* Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.
* Учить брать ответственность на себя.

Тревожный ребенок

Совершенно очевидно, что ни один родитель не стремится к тому, чтобы его ребенок стал тревожным. Однако порой действия взрослых способствуют развитию этого качества у детей.

Нередко родители предъявляют ребенку требования, соответствовать которым он не в силах. Малыш не может понять, как и чем угодить родителям, безуспешно пробует добиться их расположения и любви. Но, потерпев одну неудачу за другой, понимает, что никогда не сможет выполнить все, чего ждут от него мама и папа. Он признает себя не таким, как все: хуже, никчемнее, считает необходимым приносить бесконечные извинения.

Чтобы избежать пугающего внимания взрослых или их критики, ребенок сдерживает свою внутреннюю энергию. Он привыкает мелко и часто дышать, голова его уходит в плечи, ребенок приобретает привычку осторожно и незаметно выскальзывать из комнаты. Все это отнюдь не способствует развитию ребенка, реализации его творческих способностей, мешает его общению со взрослыми и детьми, поэтому родители тревожного ребенка должны сделать все, чтобы заверить его в своей любви (независимо от успехов), в его компетентности в какой-либо области (не бывает совсем неспособных детей).

Прежде всего, родители должны ежедневно отмечать его успехи, сообщая о них в его присутствии другим членам семьи. Кроме того, необходимо отказаться от слов, которые унижают достоинство ребенка. Не надо требовать от ребенка извинений за тот или иной поступок, лучше пусть объяснит, почему он это сделал (если захочет), даже если взрослые очень раздосадованы и сердиты. Если же ребенок извинился под нажимом родителей, это может вызвать у него не раскаяние, а озлобление.

Полезно снизить количество замечаний. Предложите родителям попробовать в течение одного только дня записать все замечания, высказанные ребенку. Вечером пусть они перечитают список.

Нельзя угрожать детям невыполнимыми наказаниями: («Замолчи, а то рот заклею!»). Они и без того боятся всего на свете. Лучше, если родители в качестве профилактики, не дожидаясь экстремальной ситуации, будут больше разговаривать с детьми, помогать им выражать свои мысли и чувства словами.

Ласковые прикосновения родителей помогут тревожному ребенку обрести чувство уверенности и доверия к миру, а это избавит его от страха насмешки, предательства. Родители тревожного ребенка должны быть единодушны и последовательны, поощряя и наказывая его. Малыш, не зная, например, как сегодня отреагирует мама на разбитую тарелку, боится еще больше, а это приводит его к стрессу.

Профилактика тревожности

Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей. (Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваши учителя понимают! Бабушку лучше слушай!»).

Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.

Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.

Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.

Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберите для него кружок по душе, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он не чувствовал себя ущемленным.

Если родители не удовлетворены поведением и успехами своего ребенка, это еще не повод, чтобы отказать ему в любви и поддержке. Пусть он живет в атмосфере тепла и доверия, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.

Снятие мышечного напряжения

Желательно при работе с тревожными детьми использовать игры на телесный контакт. Очень полезны упражнения на релаксацию, техника глубокого дыхания, занятия йогой, массаж и просто растирания тела.

Еще один способ снятия излишней тревожности - раскрашивание лица старыми мамиными помадами. Можно также устроить импровизированный маскарад, шоу. Для этого надо приготовить маски, костюмы или просто старую взрослую одежду. Участие в представлении поможет тревожным детям расслабиться. А если маски и костюмы будут изготовлены руками детей (конечно, с участием взрослых), игра принесет им еще больше удовольствия.

Рекомендации для родителей и педагогов

* Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
* Не сравнивайте ребенка с окружающими.
* Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
* Способствуйте повышению самооценки, чаще хвалите ребёнка, но так чтобы он знал, за что.
* Чаще обращайтесь к ребёнку по имени.
* Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером.
* Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
* Будьте последовательны в воспитании ребенка.
* Старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний.
* Используйте наказание лишь в крайних случаях.
* Не унижайте ребенка, наказывая его.

Педагоги-психологи ГБОУ КО КШИ АПКМК