

Кризисные ситуации в жизни ребенка

*«Да, дети дорогое удовольствие во
всех отношениях. Но усилия,
затраченные на их воспитание,
оправдывают себя»*

Джеймс Ч. Добсон



Что позволяет
возникнуть стрессу
у детей раннего и
дошкольного
возраста?

- 1.Несовершенство системы эмоциональной регуляции.
- 2.Преобладание процессов возбуждения над процессами торможения.
- 3.Ограниченный социальный опыт.
- 4.Склонность к фантазированию.
- 5.Повышенная чувствительность и впечатлительность.

Виды стресса:

- 1. Информационный
- 2. Эмоциональный
(психологический)
- 3. Травматический

1. Информационный - у дошкольников в силу их возрастных особенностей (несовершенство психических процессов, небольшой объем памяти) информационный стресс возникает редко, нервная система защищает ребенка от непосильных информационных перегрузок часто возникает как реакция на ситуацию опасности: «Если он что-то не понимает, то переключается на понятную и приятную ему деятельность или уходит в себя»

2. Эмоциональный (психологический) стресс часто возникает как реакция на ситуацию опасности, обиды, горя, непонимания. А.Л. Венгер выделяет психологический синдром, называемый им «социальной дезориентацией». Наиболее частая причина – это поступление детей в детский сад, а затем и школу. Также может быть вызван переездом в другой город, развод родителей, частые ссоры в семье и т. п. Однако, при равных социальных условиях дети по-разному реагируют на стресс, все зависит от индивидуальном устройстве нервной системы.

Свойства личности:

- 1. Тревожность
- 2. Активность детей (спонтанная и исследовательская)



Травматический стресс – особая форма реакции организма. Следствием травматического стресса является постоянная тревога как фоновое состояние психики.

Какие факторы могут вызвать травматический стресс?

- Шоковые психические травмы (нападение собаки, удар грома, агрессивное поведение со стороны чужого человека и т. п.)
- Травмирующие ситуации (внезапная болезнь, утрата одного из родителей, оскорбительное поведение со стороны сверстников)
- Хронически действующие психотравмирующие ситуации (внутрисемейные конфликты, чрезмерно жестокое отношение со стороны кого-нибудь из родителей)
- Ситуации, возникающие на фоне недостаточного проявления заботы, ласки, телесного контакта.

Рекомендации для
родителей
по воспитанию детей
с синдромом дефицита
внимания с
гиперактивностью

1. В своих отношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчеркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах.

2. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».

3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко (Окрики возбуждают ребенка).

4. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить.

5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

6. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).

7. Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Время приема пищи, выполнения домашних заданий и сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.

8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное стимулирующее действие.

9. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных, шумных приятелей.

10. Оберегайте ребенка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.

11. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны).

12. Помните о том, что присущая детям с синдромом дефицита внимания гиперактивность хотя и неизбежна, но может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

Принципы, которыми необходимо руководствоваться в первые четыре года:

- «Я люблю тебя сильнее , чем ты это можешь, наверное понять. Ты для меня любимое, драгоценное существо. И я каждый день благодарю Господа за то , что он дал мне возможность растить и воспитывать тебя.»
- «Я люблю тебя, поэтому приучаю тебя слушаться меня. Это единственный способ, с помощью которого я могу заботиться о тебе и защитить от всего, что может повредить тебе»

Важные вещи, которым родители могут научить ребенка:

- **1. Любить себя**
- **2. Понимать различие между мыслями и действиями (формируются к 5 годам)**
- **3. интересоваться и задавать вопросы**
- **4. понимать, что на сложные вопросы нет простых ответов**
- **5. не бояться неудач**
- **6. думать своей головой**
- **7. знать, в чем можно полагаться на взрослого**

Если мы уделим больше
внимания глубинным
человеческим ценностям, то
сможем вырастить поколение
мудрых и любящих людей,
которые будут способны к
переменам и смогут сделать
мир лучше.

Спасибо за внимание!