

Такие разные дети

Семинар для родителей

Тревожность - это свойство человека
приходить в состояние повышенного
беспокойства, испытывать страх и тревогу в
специфических социальных ситуациях.

Что рождает страхи и опасения?

Во-первых, не сложившиеся отношения со сверстниками, во-вторых, взаимоотношения со старшими. В-третьих, психолого-педагогическая безграмотность родителей, которые требуют от ребенка отличных результатов любой ценой, наказывают его, если таковых нет, при этом не помогают собственному ребенку преодолеть возникшие трудности.

Высокий уровень тревожности вызван:

- Боязнью выразить свои возможности, так как дети считают, что они будут оценены ниже, чем их сверстники, которые показывают высокий уровень знаний и творчества;
- Заниженной самооценкой;
- Предъявлением со стороны взрослых высоких требований;
- Домашними неприятностями;
- Высокими требованиями родителей;
- Недостаточным вниманием и поддержкой родителей;
- Не замечание воспитателями и родителями успехов ребенка.

Рекомендации:

- Важно, чтобы ребенок осознал, что причиной его неудач может быть отсутствие готовности или способности вести себя соответствующим образом.
- Необходимо показать ребенку, что неудача ни в коей мере не умоляет его личных достоинств.
- Важно, чтобы взрослый научился принимать ребенка таким, какой он есть, включая его достижения и промахи, а в общении с ним учитывать значение тона, жестов и т.д.
- Центральную роль в развитии уверенности ребенка в себе играет вера родителей и педагога в ребенка.
 - Очень важно создать ребенку ситуацию с гарантированным успехом. Успех порождает новый успех и усиливает уверенность в своих силах.

**Предлагаем использовать
следующие советы при работе с
тревожными детьми:**

**1. Ни в коем случае нельзя
манипулировать детьми, перетягивать
их как канат, то в одну, то в другую
сторону. Ни родители, ни педагоги не
должны подрывать авторитет друг
друга. Борьба авторитетов чревата не
только тревогой, но и безверием
ребенка.**

Взрослый и сам не должен быть противоречив в своих поступках и действиях. Если сегодняшними решениями мы зачеркиваем то, что провозгласили вчера, это нужно честно объяснить ребенку.

Прежде чем настаивать на чем-нибудь, внимательно присмотритесь к ребенку: вы наверняка увидите то, что ему по-настоящему интересно, откликнитесь на его первые попытки найти что-то для души.

Вы избавите его от тревожной необходимости сочетать то, что нравится вам (но безразлично или неприятно ему), с тем, что влечет самого ребенка.

Необходимо ребенку доверять.
Человек, живущий среди тех, кто ему
доверяет, - спокоен, уверен, умеет
оценить себя по достоинству.
Недоверие порождает неуверенность,
внутреннюю борьбу, тревогу.

Честность и доверие к ребенку - два кита, на которых стоит эмоциональное благополучие детей. Третий кит - безусловное принятие ребенка. Ни отметки, ни достижения детей не должны рассматриваться как основная ценность. Ребенок должен знать: он хороший, любимый и будет таким всегда.

Мы должны доверять выбору детей. С кем они дружат, во что играет - это их личное дело. Очень важно, чтобы ребенок сохранил искренние и глубокие контакты с кем-то из взрослых, но не для контроля, а для своевременной помощи, не для вмешательства в дела ребенка, а для эмоциональной поддержки.

Уметь распознавать проявления его тревоги, чтобы не ругать за то, за что нужно пожалеть, не требовать того, чего ребенок не в состоянии выполнить.

Особое место нужно уделять "ахиллесовым пятнам" тревожного ребенка и ситуациям, "запускающим" его переживания. Слабым местом тревожных детей часто являются повышенная утомляемость и затрудненная включаемость.

Повышать самооценку ребенка.
Помогать ему находить ситуации, в
которых он один из лучших, хвалить
как можно чаще, не скупиться на
проявления любви и нежности.

Необходимо учитывать, что тревожный ребенок уже сам нашел какой-то способ борьбы с тревогой. При всей неадекватности, а порой нелепости подобных способов, их нужно уважать, не высмеивать, а использовать, чтобы помочь ребенку. Особенно хорошим подспорьем являются фантазии. Попробуйте ему подыграть.

Самыми неприятными проявлениями тревожности являются агрессивность и апатия. Ни в коем случае нельзя отвечать на агрессию агрессией. Апатия и безразличие - чаще всего следствие завышенных или непоследовательных требований. Ни в коем случае не пытайтесь расшевелить ребенка насмешками или пинками, укорами и фальшивыми обещаниями.

Агрессивность-это физический акт, который иногда может запускаться и поддерживаться эмоциями входящими в комплекс враждебности. Она направлена на то, чтобы причинить ущерб, оскорбить или победить. В понятие «физическое действие» включается также речь.

Характерологические особенности
агрессивных детей:

Воспринимают большой круг ситуаций
как угрожающих, враждебных по
отношению к ним.

Сверхчувствительны к негативному
отношению к себе.

Заранее настроены на негативное
восприятие себя со стороны окружающих.

Не оценивают собственную агрессию как
агрессивное поведение.

Всегда винят окружающих в собственном
деструктивном поведении.

В случае намеренной агрессии (нападение, порча имущества и т.п.) отсутствует чувство вины, либо вина проявлена очень слабо. Склонны не брать на себя ответственность за свои поступки.

Имеют ограниченный набор реакций на проблемную ситуацию.

В отношениях проявляют низкий уровень эмпатии.

Слабо развит контроль над своими эмоциями.

Слабо осознают свои эмоции, кроме гнева.

Боятся непредсказуемости в поведении родителей.

Имеют неврологические недостатки: неустойчивое, рассеянное внимание, слабая оперативная память, неустойчивое запоминание.

Не умеют прогнозировать последствия своих действий (эмоционально застревают на проблемной ситуации).

Положительно относятся к агрессии, так как через агрессию получают чувство собственной значимости и силы.

Признаки наличия агрессии у ребенка:

Часто теряет контроль над собой.

Часто спорит, ругается со взрослыми.

Часто отказывается выполнять правила.

Часто специально раздражает людей.

Часто винит других в своих ошибках.

Часто сердится и отказывается сделать что-либо.

Часто завистлив, мстителен.

Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Рекомендации по работе с агрессивными детьми:

Агрессивные дети часто бывают вооружены.

Никогда не позволять оскорбить их, в диалоге не использовать жаргонные и бранные слова - это не даст им право оскорблять Вас и не демонстрировать в поведении все, на что они способны.

Общение на равных, но не впадать в зависимость от них. Лучше несколько дистантно.

В открытую не бороться, т.к. это усугубит отношения. Следует учитывать особенности, бурные реакции.

Останавливайте спокойно, с невозмутимым лицом, действуйте при минимуме слов.

Обсуждайте поведение только после успокоения.

Мстительны, иногда годами ждут, чтобы отомстить, поэтому лучше не отвергать их.

Выясните, как возникает агрессивное поведение и каково возможное решение. «Имя..., ты расстроился, потому что... Ты можешь переживать, не имевши права обижать других. Что нужно сделать, чтобы успокоиться и при этом ни на кого не нападать?» Предлагайте что-то свое только в дополнение сказанному.

Пусть за что-то отвечает в садике.

Перед сильными элементы раболепия, со слабыми агрессивны. Могут быть назойливы, слащавы. Необходимо понимать этот механизм, в работе учитывать это и не дать себе обидеться по мелочам на него.

Нельзя угрожать и шантажировать, т.к. в какой-то момент это перестанет действовать и Вы будете неубедительны и бессильны.

«Воинственность» ребенка можно успокоить своим спокойствием.

Свое плохое настроение не разряжать на нем.

Найти повод похвалить его, особенно это хорошо спустя некоторое время после наказания. Ребенок убедится, что претензии были к его поступку, а не личности в целом.

Авторы психологического словаря относят к внешним проявлениям гиперактивности невнимательность, отвлекаемость, импульсивность, повышенную двигательную активность

Характеристика гиперактивного ребенка:
У ребенка часто наблюдаются беспокойные движения в кистях и стопах, сидя на стуле, крутится, вертится.

Часто встает со своего места в классе во время уроком или в других ситуациях, когда нужно оставаться на месте.

Часто проявляет бесцельную двигательную активность: бегаает, крутится и т.п.

Обычно не может тихо спокойно играть или заниматься чем-либо на досуге.

Часто находится в постоянном движении и ведет себя так, «как будто к нему прикрепили мотор».

Часто бывает болтливым.

Рекомендации по работе с гиперактивными детьми:

Гиперактивному ребенку желательно сидеть за столом одному, стол должен быть отодвинут так, чтобы ребенок не мог дотянуться до других.

Делать задания желательно на черновике, переписывать на чистовик маленькими порциями с отдыхом.

Делать всю работу с ребенком,
чтобы он учился контролировать
себя и привыкал к организованной
деятельности.

На таких детей нельзя кричать.
Уменьшать работу, требующую
механического контроля.

Инструкции не должны быть
длинными.

Вечером учить и напрягаться
нельзя!

Организовать зону отдыха в группе
для таких детей.

В школе оставаться на продленный
день нельзя.

В чём кроются причины «плохого поведения»?

Давайте задумаемся о том, чего собственно хотят дети, когда они «плохо себя ведут»? Откуда вообще берется плохое поведение?

Причины стойкого непослушания ребёнка, мотивы «плохого поведения» следует искать в глубине психики ребёнка. Это на поверхности кажется, что он «просто не слушается», «просто не желает понять», а на самом деле причина иная. И, как правило, она эмоциональная, а не рациональная. Больше того, она не осознается ни взрослым, ни самим ребенком. Отсюда вывод: такие причины надо знать.

Можно выделить пять основных причин нарушения поведения у детей, которые приводят к тому, что ребёнок становится трудным и порой неуправляемым.

Причина первая - борьба за внимание. Если ребенок не получает внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит свой способ его получить: он не слушается. Непослушание - это тоже возможность привлечь к себе внимание. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания...

Причина вторая - борьба за самоутверждение. Это борьба против чрезмерной родительской власти и опеки. Ребенок объявляет войну бесконечным указаниям, замечаниям и опасениям взрослых. Знаменитое требование «Я сам» двухлетнего малыша сохраняется в течение всего детства, особенно обостряясь у подростков. Возможность иметь свое мнение, принимать собственное решение - это возможность приобретать свой опыт, пусть даже ошибочный. Если родители слишком часто делают замечания и дают советы, а их критика слишком резка, опасения преувеличены, то ребенок «восстает».

Причина третья - желание мщения. Ребенок может мстить за сравнение не в его пользу со старшими или младшими братьями и сестрами, или когда родители уделяют больше внимания младшему ребёнку; унижение друг друга членами семьи; несправедливость родителей и невыполненные ими обещания; чрезмерное проявление любви взрослых друг к другу и т.п.

Дети бывают часто обижены на родителей, например, если мать разошлась с отцом, если в доме появился новый член семьи, или самого ребенка отлучили от семьи (отправили к бабушке, в лагерь и пр.). В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности все те же протесты, непослушание.

Причина четвертая - потеря веры в собственный успех.

Причинами неверия в собственный успех могут стать учебные неудачи, взаимоотношения в группе и с воспитателем, низкая самооценка. Может случиться, что ребенок переживает неблагополучие в какой-то одной области, а неудачи у него возникают совсем в другой.

Например, у мальчика не сложились отношения в группе, а следствием стало нежелание выполнять задания; в другом случае неуспехи в саду приводят к вызывающему поведению дома. Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт, он теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». Это - в душе, а поведением он показывает: «Мне все равно...», «Пусть буду плохим...».

Причина пятая - попытки заручиться поддержкой друзей в старшем возрасте (во многом схожа с первой). Если ребенок не получает необходимого внимания в семье, то он находит свой способ его получить: он находит внимание и поддержку у друзей. Ребёнок допоздна пропадает на улице со своими сверстниками. Несмотря на все выговоры и увещевания родителей, ситуация не улучшается.

Помните, всякое серьезное нарушение поведения - это крик о помощи. Своим поведением ребёнок говорит нам: «Мне плохо! Помогите!» Отсюда следует вывод: «трудный» ребенок нуждается в помощи, а не в критике или наказаниях.

Как же выявить причину
непослушания?

Когда ребенок плохо себя ведет,
надо спросить у себя:

«Что я чувствую в этот момент?»»

Дело в том, что чувства родителей
зачастую подсказывают ответ на
вопрос о том, чего пытается
добиться ребенок.

Чувство досады, раздражения свидетельствует о том, что **ребенок ищет внимания.**

Чувство гнева говорит о **борьбе ребёнка за самоутверждение.**

Если родители чувствуют обиду, **ребенок ищет мести.**

Чувство беспомощности обычно является сигналом того, **что ребенок потерял веру в собственный успех.**

Наконец, если родители озабочены или встревожены, вероятнее всего **ребенок ищет поддержки со стороны друзей.**

установив причину поведения ребенка, можно не попасться на удочку и не реагировать «как всегда»:

Можно повести себя неожиданным образом, может быть, сделать прямо противоположное тому, что вы обычно делаете в такой ситуации: если вы обычно срыгаетесь на крик, попытайтесь сохранить спокойствие; если вы обычно реагируете спокойно, попытайтесь проявить твердость.

Не уделяйте ребенку внимания, когда он требует этого своим плохим поведением.

Отступите, если вам покажется, что ребенок втягивает вас в спор. Найдите за что похвалить ребенка, когда хочется раскритиковать его.

Игнорируйте детские драки и споры, пока не возникает реальной опасности жизни и здоровью детей.

Таким образом вы сможете уйти от непродуктивных автоматических реакций на плохое поведение детей и прекратите вознаграждать такое поведение своим вниманием.

Переключите свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия, но не ждите положительных результатов сразу!

Наиболее эффективными и ответственными методами общения с детьми является предоставление им свободы выбора во всех ситуациях, где это объективно возможно, и возможности испытать на себе последствия избранного ими образа действий.

Метод предоставления детям свободы выбора.

Секрет хорошего поведения заключается в предоставлении детям свободы выбора образа действий (естественно, за исключением случаев, когда существует угроза их жизни и здоровью). Если они плохо себя ведут, постарайтесь воздержаться от придирок, нотаций, наказаний - предложите вместо этого выбор: «Мне не нравится, как ты со мной разговариваешь. Перестань грубить или мы вообще не будем это обсуждать!» Если ребёнок воздержится от выбора, следует мягко, но настойчиво добавить: «Можем вернуться к этому разговору, как только ты успокоишься». Вы все еще даете ребёнку возможность выбора и демонстрируете свое уважение к нему. Очень скоро ребёнок прекрасно поймёт, что любое действие приводит к определенным результатам, и научится выбирать то, что ему больше по нраву.

Немаловажное значение здесь имеет форма обращения к ребенку - тактичная рекомендация, совет, указание на несколько возможных вариантов действия с их сравнительной оценкой, создающих у него иллюзию действия «по собственному желанию».

Можно также пользоваться отсрочкой выполнения требуемого действия - взрослый может заранее предупредить ребенка о необходимости совершить то или иное действие, давая ему тем самым время и возможность психологически подготовиться к этому действию.

В отдельных случаях полезен метод «естественных последствий», когда ребенок на собственном опыте убеждается в неприятных последствиях своего упрямства, «страдает» от непослушания и своеволия. Если дети отказываются есть, они изрядно проголодаются ко времени, когда им снова предложат поесть. Если они отказываются тепло одеваться, они замерзнут. Во всех случаях в роли учителя выступают естественные последствия принимаемых ими решений.

Данный метод научно обосновал французский просветитель Жан Жак Руссо. Его действенность заключается в том, что ущерб, причинённый детским непослушанием, взрослые не торопятся устранять, чтобы содеянное убеждало ребёнка в недопустимости непослушания.

Следует понять, что обучение детей на последствиях их действий - это не метод наказания.

Когда родители используют последствия действий детей в качестве способа дисциплинарного воздействия, эти обстоятельства должны естественно и логично вытекать из ситуации. К примеру, если ребёнок разбил окно, будет логично заставить его заплатить за новое стекло из своих карманных денег; но совершенно неуместно «штрафовать» его за беспорядок в его комнате - в данном случае нет никакой логической связи между деньгами и его поведением.

Чтобы обучение детей на последствиях их действий не превратилось в наказание, родителям не следует выходить из себя, напоминать, угрожать, предупреждать или использовать фразы вроде: «Может хоть это тебя чему-нибудь научит!» - само действие будет воздействовать более эффективно, чем сопровождающие его «шумовые эффекты».

Важно вести себя в спокойной, но твердой манере - иногда может быть даже более уместно сказать ребёнку: «Давай сделаем это вместе!», чем давать ему возможность выбора.

Не следует забывать о том, что целью обучения детей на последствиях их действий является оказание им помощи в выборе разумных решений, а не принуждение их к выполнению родительской воли. Поэтому этот метод дисциплинарного воздействия не должен использоваться в качестве дополнительного аргумента в пользу решения, уже принятого родителями (за исключением, разве что, ситуаций, когда данный метод используется в воспитании совсем маленьких детей).

Важно привлекать детей к обсуждению важных для них решений (например, относительно того, в котором часу они должны возвращаться домой с прогулки, какую работу по дому они должны выполнять, поедут ли они на пикник вместе с родителями, и т.д.).

Обучая детей на последствиях их собственных поступков, необходимо проявлять определенную гибкость и ориентироваться на конкретные обстоятельства: данный метод применим к периодически возникающим проблемам, но ни в коем случае не к чрезвычайным ситуациям.

Для предупреждения непослушания очень важна правильная организация жизни и деятельности ребенка, здоровая атмосфера и правильные взаимоотношения в семье, спокойная требовательность и устранение избытка внимания к ребенку. Большую роль играют меры, направленные на укрепление нервной системы: соблюдение режима сна, питания, работы и отдыха, устранение обилия впечатлений.

Воспитание дисциплины должно опираться на пример, который подаете Вы сами. Если Вы сами горазды срываться на крик, перебивать других на полуслове, распускать руки, ругаться и критиковать всех и вся, можете быть уверены в том, что ваш ребенок всему этому научится. В то же время ваши доброта, твердость, честность, внимательность, способность попросить прощения и поддержать в трудную минуту учат детей быть добрыми, твердыми, честными, отзывчивыми.

Для предупреждения непослушания необходимо разумно сочетать родительскую любовь, заботливость с требовательностью. Детям совершенно необходимы ограничения, хотя бы для того, чтобы против них протестовать.

Важно также приучать ребенка считаться с мнением и интересами окружающих, воспитывать умение при необходимости поступаться собственными желаниями.

Надо всегда искать причины проявляемого непослушания и устранять их, но ни в коем случае нельзя подавлять волевые усилия формирующейся личности, хотя и ложно утверждаемые. Поэтому нельзя прибегать к угрозам, грубому насилию, физическим мерам воздействия.

Попытка взрослых «сломить» ребенка силовыми методами, как правило, не приводит к цели. В таком случае ребенок либо оказывается «победителем» в этой борьбе, либо, сломленный и подавленный, глубоко переживает свое «поражение». В конечном итоге, до конца не понимая, в чем он не прав и почему от него что-то требуют, он становится озлобленным по отношению ко взрослым.

Ни в коем случае не должны иметь места упрашивания и уговоры, заканчивающиеся необоснованными уступками со стороны взрослых.

Следует помнить, что готового рецепта в деле воспитания детей нет. Разные дети, разные ситуации, разные обстоятельства требуют использования разных подходов. Например, если применение метода обучения ребенка на последствиях его собственных действий приводит к тому, что он только озлобляется, и не дает ожидаемых результатов, попробуйте что-нибудь еще - может быть имеет смысл попытаться более активно использовать методы поддержки и поощрения: дети никогда не отказываются от искренней поддержки со стороны своих родителей.

Уделять детям как можно больше положительного внимания - это ещё один эффективный и очень действенный приём достижения послушания. А на это требуется много времени - вашего времени: чтобы поговорить, выслушать, показать свои теплые чувства, вместе отдохнуть и посмеяться, подбодрить, поиграть, повеселиться, поужинать всей семьей. Это, наверное, самая большая трудность, с которой вам предстоит справиться: нужно будет проводить с детьми гораздо больше времени, наслаждаясь их обществом, оказывая им необходимую поддержку, выслушивая их проблемы.

Умение оказывать поддержку и умение уделять внимание детям без преувеличения можно назвать двумя самыми важными родительскими умениями.