

*Методические рекомендации
для специалистов
образовательных учреждений*

*Особенности работы
педагога с детьми, имеющими
нарушения в поведении*

г.о. Новокуйбышевск, 2008 год

**Методические рекомендации
для специалистов
образовательных учреждений**

**Особенности работы педагога с детьми,
имеющими нарушения в поведении.**

г.о. Новокуйбышевск, 2008 год

Печатается по решению Редакционного Совета «Ресурсного центра» г.о. Новокуйбышевска.

Составитель: Лобина С.А. – методист отдела специального и психологического сопровождения «Ресурсного центра»

Ответственный редактор: Ульянова Ю.А. – руководитель отдела специального и психологического сопровождения «Ресурсного центра»

Рецензенты:

Парфёнова О.И., директор «Ресурсного центра»

Воронков Д.А., заместитель директора «Ресурсного центра»

Особенности работы педагога с детьми, имеющими нарушения в поведении:

Методические рекомендации для специалистов образовательных учреждений. – г.о. Новокуйбышевск, 2008 г. – 104 стр.

Предлагаемые методические рекомендации содержат информацию о вопросах этиопатогенеза поведенческих расстройств у детей разных возрастных групп, об основных видах нарушения поведения у детей, а также организации их индивидуального сопровождения

В них выделены направления коррекционной работы с отдельными видами нарушений, представлены основные приёмы коррекции поведения, а также рекомендации для всех участников образовательного процесса. Данные рекомендации помогут специалистам образовательных учреждений сохранять, развивать, корректировать поведенческую и личностную сферы детей.

Содержание:

стр.

1. Основные виды нарушений поведения у детей и организация их индивидуального сопровождения	5
2. Причины поведенческих расстройств	13
3. Особенности проявления детской агрессии	27
4. Способы преодоления агрессии (рекомендации специалистам и родителям)	40
5. Гиперактивные дети или дети с СДВГ	59
6. Организация обучения детей с СДВГ	61
7. Особенности поведения леворукого ребёнка	68
8. Особенности коррекционно-развивающей работы с леворукими детьми	71
9. Застенчивый и тревожный ребёнок	73
10. Преодоление застенчивости у детей	75
11. Рекомендации родителям застенчивых детей	81
12. Проблема поведения подростков «группы риска»	90
13. Особенности поведения подростков с ЗПР	92
14. Организация комплексного подхода к преодолению поведенческих нарушений у детей	92
15. Приложение №1. «Сопровождение агрессивного ребёнка» (рекомендации по результатам диагностики)	95
16. Приложение №2 «Сопровождение гиперактивного ребёнка» (рекомендации по результатам диагностики)	96
17. Приложение №3 «Что делать, если ребёнка обижают другие»	97
18. Приложение №4. «Как избежать проблем поведения»	98
19. Приложение №5. «Диагностика леворукости»	102
20. Список используемой литературы	104

Основные виды нарушения поведения у детей и организация их индивидуального сопровождения

Дети с нарушениями в поведении – это категория «группы риска», которая требует особого внимания со стороны педагогов, воспитателей и других специалистов.

К ним относятся дети с нарушениями в аффективной сфере, педагогически запущенные дети, дети с задержкой психического развития, дети с интеллектуальными нарушениями, дети с психопатоподобным поведением и многие другие. Также к данной категории можно отнести и леворукого ребенка, детей с эмоциональными нарушениями.

Организация индивидуального сопровождения – это обучение, воспитание и развитие учащегося.

Так как для нас с вами является приоритетным личностно-ориентированное образование, то мы в работе должны опираться на зону ближайшего развития школьника и на его индивидуальные особенности. Необходимость индивидуального подхода к детям в процессе обучения и воспитания признается всеми, но осуществление его на практике дело непростое.

Задачей индивидуального подхода является наиболее полное выявление индивидуальных способов развития, возможностей ребенка, укрепление его собственной активности, раскрытие неповторимости его личности. Главное, не бороться с индивидуальными особенностями, а развивать их, изучать потенциальные возможности ребенка и строить воспитательную работу по принципу индивидуального развития.

Работа педагогов с учетом зоны ближайшего развития способствует развитию у детей самоконтроля, саморегуляции в условиях контроля со стороны учителя.

Опираясь на зону ближайшего развития ребенка, нам будет легче работать с учащимися "группы риска". Как ни кто другой, они требуют пристального внимания и изучения их индивидуальных особенностей, а так же разработки программ коррекционного развития.

Дети с нарушениями поведения - проблема столь же непростая, сколь и актуальная для родителей. Нарушения поведения - широкое понятие. К нему относят чрезмерную возбудимость, раздражительность, плаксивость, впечатлительность, нарушения сна, а также невропатию и невроз и психосоматическое неблагополучие, т.е. заболевания внутренних органов, основная причина которых - тягостные переживания. Один ребенок рождается нервным, другой становится таковым.

На прием к невропатологу и психиатру приводят и «трудных детей», т.е. детей с неблагоприятными чертами характера, которые затрудняют их адаптацию (приспособление) в жизни. Между тем, если нервный - всегда трудный, то трудный - не всегда нервный, хотя нервность угрожает и ему. Форм детской нервности и неразделимо связанных с ней

нарушений поведения, как и причин, которые их вызывают, много. Наиболее частая причина того и другого - неправильное воспитание. В свою очередь, нервность и трудность осложняют воспитание.

Поскольку нервность детей неразрывно связана с отклонениями в их поведении, в данном разделе рассматриваются обе стороны проблемы.

Нервный или трудный ребенок - это бессонные ночи, изнуряющая усталость, сниженная работоспособность, плохое настроение и, как итог, нередко - неврозы и депрессии у родителей. Именно поэтому нервный и трудный первенец, порождая страх перед появлением в семье такого же ребенка, может остаться единственным. Единственный же чаще всего становится еще более нервным или еще более трудным. Нервный или трудный ребенок вызывает у родителей тревожную любовь или неприятие, отвергание, неосознаваемую агрессивность по отношению к нему. Плохо и то, и другое.

Нервный или трудный ребенок - источник ссор в семье, поскольку мнения о том, кто виновен в этом и как воспитывать его, разделяются. Зачастую такой ребенок становится причиной развода. Проблема нервных и особенно трудных детей при отсутствии своевременного квалифицированного воспитующего воздействия неизбежно перерастает сначала в проблему трудных подростков, а затем и в проблему молодых людей с отклоняющимся поведением, которые пополняют контингент лиц, совершающих правонарушения, прибегающих к алкоголю и наркотикам.

Проблема нервности или трудности рождается нередко вместе с ребенком. В оплодотворенной яйцеклетке встречаются две сложные генетические линии предков, пересекаются истории жизни отца и матери, их здоровье или болезни. В ней уже заложены великие возможности, задатки, способности, норма, но и отклонение от нее, патология. Внутриутробное развитие может оказаться благополучным или дефектным, а роды нормальными или патологическими. И если воспитание каждого ребенка индивидуально, то воспитание нервного или трудного тем более требует решения множества специфических индивидуальных задач. Здравым смыслом и опытом бабушек здесь не обойтись. Необходимы специальные знания врачей и специалистов.

В настоящее время к категории детей с нарушениями поведения правомерно отнести каждого третьего ребенка. Причин тому много. С одной стороны, время предъявляет чрезвычайно высокие требования уже к ребенку. С другой - множество детей рождаются слабыми. Последнее обусловлено: вынашиванием беременности, которая в прошлом заканчивалась выкидышем (из-за неполноценности плода или детородных органов женщины); осложненным протеканием беременности из-за болезни женщины или в связи с вредными воздействиями (экологическими, инфекционными, токсическими, производственными, радиационными и др.); ростом числа осложненных родов (крупный плод, увеличение числа позднородящих, в том числе первого ребенка, а также рождающих до

достижения полной физической зрелости, сделавших аборт до первых родов и др.); выживанием глубоко недоношенных. Наличие же большого числа единственных детей, что объективно осложняет их воспитание, еще более усложняет проблему.

Рассмотрению данной сложной проблемы детей с нарушениями поведения посвящены наши методические рекомендации. Мы стремились дать как наиболее общие, так и конкретные рекомендации по преодолению, а еще более по профилактике отдельных, чаще всего встречающихся форм детской нервности.

Основные виды нарушений поведения у детей

В поведении и развитии детей часто встречаются нарушения (агрессивность, вспыльчивость, пассивность, гиперактивность), отставание в психической деятельности и различные формы детской нервности (невропатия, неврозы, страхи).

Осложнения психического и личностного развития ребенка обусловлены, как правило, двумя факторами: 1) ошибками воспитания или 2) определенной незрелостью, минимальными поражениями нервной системы. Зачастую оба эти фактора действуют одновременно, поскольку взрослые нередко недооценивают или игнорируют (а иногда и вовсе не знают) те особенности нервной системы ребенка, которые лежат в основе трудностей поведения, и пытаются «исправить» ребенка различными неадекватными воспитательными воздействиями. Очень важно поэтому уметь выявить истинные причины поведения ребенка, тревожащего родителей и воспитателей, и наметить соответствующие пути коррекционной работы с ним. Для этого необходимо ясно представлять себе симптоматику указанных выше нарушений психического развития детей, знание которой позволит педагогу совместно с психологом не только правильно построить работу с ребенком, но и определить, не переходят ли те или иные осложнения в болезненные формы, требующие квалифицированной медицинской помощи.

Коррекционная работа с ребенком должна быть начата как можно раньше.

Своевременность психологической помощи - главное условие ее успешности и эффективности.

Агрессивность

Многим маленьким детям свойственна агрессивность. Переживания и разочарования, которые взрослым кажутся мелкими и незначительными, для ребенка оказываются весьма острыми и труднопереносимыми именно в силу незрелости его нервной системы. Поэтому наиболее удовлетворительным для ребенка решением может оказаться и физическая реакция, особенно если у него ограничена способность к самовыражению.

Выделяются две наиболее частые причины агрессии у детей. Во-первых, боязнь быть травмированным, обиженным, подвергнуться нападению, получить повреждения. Чем сильнее агрессия, тем сильнее стоящий за ней страх. Во-вторых, пережитая обида, или душевная травма, или само нападение. Очень часто страх порождается нарушенными социальными отношениями ребенка и окружающих его взрослых.

Физическая агрессия может выражаться как в драках, так и в форме разрушительного отношения к вещам. Дети рвут книги, разбрасывают и крушат игрушки, ломают нужные вещи, поджигают. Иногда агрессивность и разрушительность совпадают, и тогда ребенок швыряет игрушки в других детей или взрослых. Такое поведение в любом случае мотивировано потребностью во внимании, какими-то драматическими событиями.

Агрессивность не обязательно проявляется в физических действиях. Некоторые дети склонны к так называемой *вербальной агрессии* (оскорбляют, дразнят, ругаются), за которой часто стоит неудовлетворенная потребность почувствовать себя сильным или отыграться за собственные обиды. Иногда дети ругаются совершенно невинно, не понимая значения слов. В других случаях ребенок, не понимая смысла бранного слова, использует его, желая огорчить взрослых или досадить кому-либо. Бывает и так, что брань является средством выражения эмоций в неожиданных неприятных ситуациях: ребенок упал, расшибся, его поддразнили или задели. В этом случае ребенку полезно дать альтернативу брани - слова, которые можно с чувством произнести в качестве разрядки («елки-палки», «пропади пропадом»).

Как работать с детьми, проявляющими описанные выше формы агрессивности? Если психолог приходит к выводу, что агрессия ребенка не носит болезненного характера и не наводит на мысль о более тяжелом психическом отклонении, то общая тактика работы состоит в том, чтобы постепенно научить ребенка выражать свое неудовольствие в социально приемлемых формах. Основные пути работы по преодолению детской агрессивности подробно рассматриваются Д. Лешли (1991). Это не конкретная программа, а та тактика поведения взрослых, которая в конечном итоге способна привести к устранению нежелательных форм поведения ребенка. Важны постоянство и последовательность в реализации выбранного взрослыми типа поведения по отношению к ребенку.

Первым шагом на этом пути является попытка сдерживать агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением. В отношении физической агрессии это сделать легче, чем в отношении вербальной. Можно остановить ребенка окриком, отвлечь его игрушкой или каким-то занятием, создать физическое препятствие агрессивному акту (отвести руку, удерживать за плечи). Если акт агрессии предотвратить не удалось, надо обязательно показать ребенку, что такое поведение абсолютно неприемлемо. Проявивший агрессивную выходку ребенок подвергается суровому осуждению, в то время как его «жертва» окружается повышенным вниманием и заботой взрослого. Такое положение может ясно показать ребенку, что сам он только проигрывает от таких поступков.

В случае разрушительной агрессии взрослый обязательно должен кратко, но однозначно выразить свое недовольство подобным поведением. Очень полезно каждый раз предлагать ребенку устранить учиненный им разгром. Чаще всего ребенок отвечает отказом, но рано или поздно он может откликнуться на слова: «Ты уже достаточно большой и сильный, чтобы все порушить, поэтому я уверена, что ты сможешь мне убрать». Уборка как наказание за содеянное

неэффективна; лейтмотивом доводов взрослого должна быть уверенность в том, что «большой» мальчик должен нести ответственность за свои дела. Если ребенок все же поможет убраться, он обязательно должен услышать искреннее «спасибо».

Вербальную агрессию предотвратить трудно, поэтому почти всегда приходится действовать после того, как акт агрессии уже свершился. Если обидные слова ребенка адресуются взрослому, то целесообразно вообще проигнорировать их, но при этом попытаться понять, какие чувства и переживания ребенка стоят за ними. Может быть, он хочет испытать приятное чувство превосходства над взрослым, а может быть в гневе не знает более мягкого способа выражения своих чувств. Иногда взрослые могут превратить оскорбления ребенка в комическую перепалку, что позволит снять напряжение и сделать саму ситуацию ссоры смешной. Если же ребенок оскорбляет других детей, то взрослые должны посоветовать им, как ответить.

Работая с агрессивными детьми, всегда нужно иметь в виду, что любые проявления страха у окружающих перед агрессивным выпадом ребенка могут только стимулировать его. Конечная цель преодоления агрессивности ребенка состоит в том, чтобы дать ему понять: есть иные способы проявления силы и привлечения внимания, гораздо более приятные с точки зрения ответной реакции окружающих. Таким детям очень важно пережить удовольствие от демонстрации нового навыка поведения перед благожелательной аудиторией.

Для преодоления и предупреждения агрессивного поведения маленьких детей можно использовать коллективные игры, способствующие выработке у них терпимости и взаимовыручки.

Вспыльчивость

Ребенка считают вспыльчивым, если он склонен по любому, даже самому незначительному с точки зрения взрослых поводу устроить истерику, расплакаться, разозлиться, но агрессии при этом не проявляет. Вспыльчивость - это скорее выражение отчаяния и беспомощности, чем проявление характера. Тем не менее она причиняет и взрослым, и самому ребенку массу неудобств, и поэтому требует преодоления.

Как и в случае с агрессивной вспышкой, приступ вспыльчивости необходимо попытаться предупредить. В одних случаях удастся отвлечь ребенка, в других целесообразнее покинуть его, оставив без аудитории. Детей постарше можно побуждать выражать свои чувства словами.

Если же ребенок уже вспылил, то успокоить его не удастся. Успокаивающие слова не будут действовать. Здесь важен спокойный эмоциональный тон. Когда приступ пройдет, понадобится утешение, особенно если ребенок сам напуган силой своих эмоций. На этой стадии старший дошкольник уже может выразить свои чувства словами или выслушать объяснения взрослого. Взрослый не должен уступать ребенку только ради того, чтобы не вызвать припадка, однако важно оценить, действительно ли запрет взрослого имеет принципиальное значение, не борется ли он с пустяком и не является ли это лишь ложной принципиальностью и самоутверждением.

Пассивность

Нередко взрослые не видят никакой проблемы в пассивном поведении ребенка, считают, что он просто «тихоня», отличается хорошим поведением. Тем не менее, это далеко не всегда так.

Тихие дети испытывают разнообразные и далеко не самые приятные эмоции. Ребенок может быть несчастным, подавленным или застенчивым. Подход к таким детям должен быть постепенным, ибо может пройти немало времени, прежде чем появится ответная реакция.

Нередко тихое поведение ребенка - реакция на невнимание или неурядицы дома. Таким поведением он изолируется в собственном мире. Проявлениями этого являются посасывание пальца, царапанье кожи, выдергивание у себя волос или ресниц, раскачивание и пр.

Простое приказание прекратить это занятие вряд ли сработает, так как оно не помогает ребенку справиться с душевным состоянием. Более эффективным будет все то, что поможет ему выразить эмоции. Необходимо выяснить, какие события или обстоятельства вызвали у ребенка такое состояние - осведомленность поможет найти пути установления контакта с ним. Если позволяет возраст (старше 4 лет), можно простимулировать ребенка выразить свои чувства в игре или доверительной беседе. Основные направления работы с таким ребенком - помочь ему выразить свои переживания в иной, более приемлемой форме, добиться его доверия и расположения, разрешить в непосредственном контакте с родителями ту ситуацию, которая вызывает у ребенка столь тяжелые переживания.

Другой причиной тихого, пассивного поведения ребенка может быть страх перед незнакомыми новыми взрослыми, малый опыт общения с ними, неумение обратиться ко взрослому. Такой ребенок может или не нуждаться в физической ласке, или вообще не переносить физических контактов. Всегда есть риск, что ребенок слишком сильно привяжется ко взрослому, вытащившему его из «скорлупы». Необходимо помочь ребенку приобрести уверенность в себе, только тогда он сможет выйти из-под опеки того взрослого, которому он доверяет, и научиться сам сходить с новыми людьми - сверстниками и взрослыми.

Гиперактивность

Если описанные выше виды нарушений поведения являются в большей степени результатом погрешностей в воспитании и в меньшей - следствием общей возрастной незрелости центральной нервной системы, то в основе гипердинамического синдрома могут лежать микроорганические поражения головного мозга, возникшие в результате осложнений беременности и родов, истощающие соматические заболевания раннего возраста (тяжелый диатез, диспепсия), физические и психические травмы. Никакая другая детская трудность не вызывает так много нареканий и жалоб родителей и воспитателей детских садов как эта, весьма распространенная в дошкольном возрасте (*В.И. Гарбузов, 1990*).

Основные признаки гипердинамического синдрома - отвлекаемость внимания и двигательная расторможенность. Гипердинамичный ребенок импульсивен и никто не рискнет предсказать, что он сделает в следующий миг. Не знает этого и он сам. Действует он, не задумываясь о последствиях, хотя плохого не замышляет и сам искренне огорчается из-за происшествия, виновником которого становится. Он легко переносит наказания, не помнит обиды, не держит зла, поминутно ссорится со сверстниками и тут же мирится. Это самый шумный ребенок в детском коллективе.

Самая большая проблема гипердинамичного ребенка - его отвлекаемость. Заинтересовавшись чем-то, он забывает о предыдущем, и ни одно дело не доводит до конца. Он любопытен, но не любознателен, ибо любознательность предполагает некоторое постоянство интереса.

Пик проявлений гипердинамического синдрома - 6-7 лет. В благоприятных случаях к 14-15 годам его острота сглаживается, а первые его проявления можно заметить уже в младенчестве.

Отвлекаемость внимания и двигательную расторможенность ребенка необходимо настойчиво и последовательно преодолевать с самых первых лет его жизни. Необходимо четко разграничивать целенаправленную активность и бесцельную подвижность. Нельзя сдерживать физическую подвижность такого ребенка, это противопоказано состоянию его нервной системы. Но его двигательную активность надо направлять и организовывать: если он бежит куда-то, то пусть это будет выполнением какого-то поручения. Хорошую помощь могут оказать подвижные игры с правилами, спортивные занятия. Самое главное - подчинить его действия цели и приучить достигать ее.

В старшем дошкольном возрасте гипердинамичного ребенка начинают приучать к усидчивости. Когда он набегается и устанет, ему можно предложить заняться лепкой, рисованием, конструированием, причем нужно обязательно постараться сделать так, чтобы интерес к такому занятию побуждал ребенка довести начатое дело до конца. На первых порах требуется настойчивость взрослых, которые порой буквально физически удерживают ребенка за столом, помогая ему закончить постройку или рисунок. Постепенно усидчивость станет для него привычной и, поступив в школу, он сможет просидеть за партой весь урок.

Если коррекционная работа с гиперактивным ребенком проводится настойчиво и последовательно с первых лет его жизни, то можно ожидать, что к 6-7 годам проявления синдрома будут практически преодолены. В противном случае, поступив в школу, гиперактивный ребенок столкнется с еще более серьезными трудностями. О том, как работать с гиперактивными младшими школьниками, будет рассказано в дальнейшем. К сожалению, такого ребенка зачастую считают просто непослушным и невоспитанным и пытаются воздействовать на него строгими наказаниями в виде бесконечных запретов и ограничений. В результате ситуация только усугубляется, так как нервная система гипердинамичного ребенка просто не справляется с подобной нагрузкой, и срыв следует за срывом. Особенно сокрушительно

проявления синдрома начинают сказываться приблизительно с 13 лет и старше, определяя судьбу уже взрослого человека.

Отставание в психическом развитии

Замедление темпа психического развития ребенка может быть вызвано педагогической запущенностью, задержкой психического развития, обусловленной определенной органической недостаточностью центральной нервной системы, а также общим недоразвитием мозговых структур, ведущим к различным формам умственной отсталости и к нарушениям поведения.

Педагогическая запущенность - это такое отставание в развитии ребенка, которое обусловлено условиями его жизни и воспитания. Длительный дефицит информации, отсутствие психической стимуляции в сензитивные периоды может привести к резкому снижению потенциальных возможностей психического развития ребенка. Тем не менее, при правильном и своевременном индивидуальном подходе к такому ребенку, достаточной интенсификации развивающих занятий эти дети легко могут догнать своих сверстников.

Задержка психического развития (ЗПР) несмотря на многообразие ее проявлений, характеризуется рядом признаков, позволяющих отграничить ее как от педагогической запущенности, так и от умственной отсталости. Дети с задержкой психического развития не имеют нарушений отдельных анализаторов и крупных поражений мозговых структур, но отличаются **незрелостью сложных форм поведения**, целенаправленной деятельности на фоне быстрой истощаемости, утомляемости, нарушенной работоспособности. В основе этих симптомов лежит органическое заболевание центральной нервной системы, вызванное патологией беременности и родов, врожденными болезнями плода, перенесенными в раннем возрасте истощающими инфекционными заболеваниями {Т.А. Власова, 1971; МС Певзнер, 1971; У.В. Ульянова, 1990).

В целом при своевременной и адекватной коррекционной работе задержки психического развития обратимы. Их стойкость различна и зависит от того, лежат ли в их основе эмоциональная незрелость (психический инфантилизм), низкий психический тонус (длительная астения), нарушения познавательной деятельности, связанные со слабостью памяти, внимания, подвижности психических процессов, дефицитностью отдельных корковых функций. Первые две формы задержки психического развития являются наиболее легкими и преодолимыми, в то время как нарушения познавательной деятельности ведут к задержке психического развития, граничащей с дебильностью; обучаемость этих детей значительно снижена.

Наилучшие результаты в плане коррекции задержки психического развития достигаются в том случае, если работа с ребенком начата в максимально ранние сроки. К сожалению, в период дошкольного детства окружающие ребенка взрослые зачастую не придают значения тем или иным особенностям его развития, считая их индивидуальными вариантами нормы и полагая, что ребенок все свои трудности просто перерастет. Тревогу начинают бить

лишь тогда, когда поступивший в 1 класс массовой школы ребенок оказывается не в состоянии освоить школьную программу, овладеть необходимыми поведенческими навыками. У.В. Ульяновка (1990) справедливо отмечает, что если помощь, оказываемая детям с задержкой психического развития в классах выравнивания, дает хорошие плоды, то нетрудно предположить, насколько результативнее могла бы быть квалифицированная помощь, полученная детьми в дошкольном возрасте.

Умственная отсталость, в отличие от задержки психического развития, носит необратимый характер, так как в этом случае стойкое нарушение познавательной деятельности обусловлено органическим поражением или недоразвитием коры головного мозга. У детей-олигофренов нарушения сложных психических функций обнаруживаются на протяжении всего их развития, причем на каждом возрастном этапе они принимают разные формы. У детей же с нарушением темпа развития задержки психического развития в дальнейшем преодолеваются (С.Я.Рубинштейн, 1990; В.В. Лебединский, 1985).

Таким образом, очевидно, что своевременно начатая коррекционная и развивающая работа с детьми, имеющими нарушения темпа психического развития и поведения, оказывается весьма плодотворной, причем, чем раньше она начата, тем лучшим оказывается результат.

Причины поведенческих расстройств

Детская нервность обусловлена **врожденными и социальными, прижизненно возникшими** причинами, чаще всего сочетанием первых и вторых. Врожденные причины - травматические, инфекционные, токсические и другие вредные воздействия при зачатии, в период беременности и родов, а также неблагоприятные наследственные влияния.

К прижизненно возникшим вредным воздействиям относятся неправильное воспитание, неблагоприятные условия жизни в детстве и болезни первых лет жизни. Зачастую прижизненно возникшие причинные факторы детской нервности настолько тесно связаны с врожденными, что их трудно разделить.

Неблагоприятно протекающая беременность

Судьба человека в немалой степени зависит от сравнительно короткого периода с момента зачатия ребенка до первого вдоха новорожденного. Одна картина, если беременность желанна, другая - если она досадна, или еще того хуже, воспринимается женщиной как катастрофа и неприемлема для мужчины, будущего отца. В первом случае больше шансов, что беременность будет протекать благополучно, во втором вероятны осложнения, угроза выкидыша. На основании исследования тысяч историй жизни и заболевания неврозом у детей, мы пришли к выводу, что, если беременность не в радость, она может протекать неблагоприятно.

Приведём несколько возможных вариантов.

Женщина беременна, но не готова к тому, чтобы стать матерью, психически инфантильна, незрела, эгоистична, сама играет в семье роль ребенка. Дитя принесет в ее жизнь лишь заботы и попросту будет конкурентом ей.

Женщина беременна. Она не замужем. Ей уже немало лет. Сохранить беременность или прервать? Остаться одной страшно. Ребенок придаст жизни новый смысл. Но тогда конец надеждам выйти замуж, пугают трудности. И что скажут люди? Ну а если аборт закончится бесплодием? Что тогда?

Женщина беременна, но не ожидала, что беременность наступит "так быстро, так несвоевременно". Еще несколько лет необходимо учиться, еще не "пожили для себя". Мать выйдет на пенсию через три года - вот тогда, пожалуйста.

Женщина беременна, но не уверена, что ее брак прочен. Имеются серьезные основания считать, что жизнь с мужем не сложилась, впереди, возможно, развод. Что делать?

Женщина забеременела, с радостью сообщила об этом мужу, а он категорически против. Решилась: буду ждать ребенка. Но беременность принята конфликтно, и мрачная тень недовольства уже легла на нее. Позже отец полюбит ребенка, полюбит его и свекровь, издегавшая невестку в период беременности ссорами и упреками. Однако зло уже свершилось - в семье растет невропатичный, трудный ребенок.

А вот другая житейская ситуация. Любовь, заявление о желании вступить в брак и начало половой жизни до его заключения. Как будто все вполне естественно. Но свадьба, счастливая и волнующая, состоялась, когда шел второй месяц беременности. Приготовления, гости, три дня шумного праздника. Поздравления, масса впечатлений. Гости курили, никотиновое облако окутывало невесту фатой. Она пригубила бокал шампанского. Затем поездка по городам, море, новые встречи, новые поздравления. Одним словом - **эмоциональный стресс**. А в это время закладывались сердечко, нервная система, органы чувств плода. Стресс же сопровождается выбросом гормонов в кровь матери, через пуповину они поступают к плоду, что небезразлично для него.

На пятом месяце внутриутробного развития плод ощущает учащение ритма сердца у взволнованной матери. Он сжимается, когда мать в движении, расслабляется, когда она отдыхает. В шесть-семь месяцев плод реагирует на резкое изменение положения, спокоен, если спокойна беременная. Следовательно, если будущая мать много нервничала, возникает риск появления на свет ребенка с врожденной детской нервностью - невропатией. По наблюдениям исследователей, у матерей детей-невропатов в 63,2% случаев отмечались выраженные эмоциональные потрясения в период беременности.

Женщина страдает хроническим тонзиллитом, холециститом, у нее больные зубы, пиелонефрит. Она легкомысленно не подготовилась к беременности, ибо беременность, видите ли, застала ее врасплох. Что же теперь делать? Лечиться? Но лекарства, боли и страх,

испытываемые при стоматологических или отоларингологических процедурах, противопоказаны при беременности. Не следует принимать лекарства на первых ее месяцах без жизненных на то показаний. Лекарства способны накапливаться в тканях и органах плода, и отрицательные последствия их воздействия могут сказаться через годы.

Здорового ребенка рождает здоровая мать. Спартанские девушки занимались спортом на равных с юношами, были гибкими, сильными, здоровыми. Случалось, как отмечали историки, что они проигрывали юношам в спортивной борьбе, но их несомненным выигрышем были здоровые дети.

Беременная женщина провела девять принципиально важных месяцев своей жизни в душном помещении, спала с закрытой форточкой, мало гуляла, и плод развивался в условиях кислородного дефицита - **гипоксии**. В результате ребенок может родиться с меньшими интеллектуальными потенциями, чем следовало ожидать. Не обязательно, но может. Пройти остановку-другую пешком или проехать в транспорте? Так ли это важно? Очень важно. Ходить, двигаться, дышать полной грудью, избегать толчеи, больше находиться на воздухе - значит сохранить и укрепить психофизическое здоровье плода и, естественно, свое собственное в столь ответственные дни, недели, месяцы.

Важно, очень важно, чтобы беременность протекала нормально, чтобы она была здоровой. Природа дает женщине в этот ответственный период ее жизни дополнительные ресурсы. Слабая становится крепче, физически инфантильная расцветает. Помогать природе, а не препятствовать ей - задача будущей матери. Беременная женщина отказывается от чего-то привычного, изменяет в чем-то прежний образ жизни. Все в этот период: прогулка, одежда, режим, сон, питание - должно быть подчинено будущему материнству. И если женщина подготовила себя к беременности морально и физически, избегает отрицательных переживаний, живет по режиму, проводит день активно, на воздухе, в парке, у реки, отрешилась от суеты, а родные ее оберегают - в дом придет счастье.

Воспитание ребенка, таким образом, начинается еще до его рождения. Беременная вовремя ест, гуляет, ложится спать - плод воспринимает строгий режим сна и бодрствования, поступления питательных веществ. Ребенка, рожденного безалаберной женщиной, уже в роддоме вынуждены перевоспитывать, приучать к режиму.

Курящая молодая женщина должна знать, что она ставит под угрозу здоровье и интеллект будущего ребенка. Многие женщины, осознав, что беременны, бросают курить, но до этого проходят четыре - восемь недель развития плода. В таком случае возможны малые аномалии развития. Кроме того, у куривших даже такое короткое время новорожденный нередко имеет сниженный вес и рост ниже нормы. Сниженные по сравнению с нормой вес и рост, если это не обусловлено генетически, зачастую признак неблагоприятного внутриутробного развития, что чревато снижением умственных потенций. Затычка сигареты, таким образом, может "укоротить ум" будущего ребенка. Если женщина курила в течение всей беременности,

ребенок рождается с потребностью в никотине. Разумеется, он не удовлетворит эту потребность до подросткового возраста, но, однажды взяв сигарету, сразу же может начать курить по-взрослому - много, яростно, как заядлый курильщик.

Мужчина, курящий в присутствии молодой женщины, должен помнить: через легкие человека в сутки пропускается 10 тысяч литров воздуха, из которого следует выбрать до 300 литров кислорода. А воздух отравлен никотином. Женщина между тем может и не знать, что зачатие уже произошло, что она беременна. Следовательно, в присутствии молодой женщины, в доме, где она живет, не курят.

Во избежание неблагоприятных последствий для развития ребенка оберегают плод от пищевых интоксикаций. Продукты сомнительной свежести исключаются из употребления беременной. Никакого, ни малейшего риска! Женщина и не заметит малую толику ядовитости, а плод отреагирует на нее. Воздержитесь также от маринадов, перца, горчицы. В меру пейте, в меру подсаливайте пищу. Не пере едайте. Это никогда не приносит пользы, а при беременности особенно. Соблюдайте меру и в объеме пищи, и в калорийности - чрезмерный вес плода может сказаться трудными родами, гипоксией, асфиксией и родовой травмой.

В последние годы на русский язык переведены книги, в которых подчеркивается влияние множества психических и физических стимулов на состояние и развитие плода, вплоть до "разговоров" с ним и расположения планет в космосе. Мы полагаем, что за тысячелетия природа предусмотрела защиту женщины и плода от всех влияний внешней среды, и никогда в истории человечества с плодом не вели беседы, а между тем рождались здоровые дети, здоровые вне зависимости от того, "под какой планетой" проходило их развитие во внутриутробном периоде.

Важно только одно: какие беседы вели окружающие люди с беременной женщиной - добрые или злые. Важно, в каком настроении женщина носила под сердцем свое дитя. Важно, радовалась ли она беременности или носила ее с досадой, с неприятием своего будущего ребенка. Важно, здорова она или больна. Важно, каким воздухом она дышала и какой пищей питалась. Важно, скрывала ли она беременность, туго затягивая пояс своего платья, или гордилась беременностью. Важно, трудилась ли она в меру сил, радостно или надрывалась в тяжких заботах. Беременность должна быть радостной и здоровой, а об остальном позаботится мудрая природа. В период беременности она дает женщине великие силы, охраняет ее.

Малые аномалии развития плода

Как известно, организм человека формируется в основном в первые три-четыре месяца беременности, а далее растет лишь в объеме и весе, дозревает. Так, к примеру, в период от трех до девяти недель оформляется сердце, от пяти до девяти - верхние и нижние конечности,

от восьми до двенадцати - лицо, глаза, уши, нос, от пяти до шестнадцати - почки. В первые же три-четыре месяца беременности активно формируется нервная система. Перенесла беременная в этот отрезок времени грипп, краснуху, инфекционный гепатит - возможны врожденные аномалии развития. Не обязательны, к счастью, но возможны.

Невропатолог или детский психиатр при осмотре ребенка нередко фиксирует малые аномалии внутриутробного развития: низкое стояние век, асимметрию глазных щелей, неправильную форму зрачков и разную окраску радужной оболочки; нарушение формы черепа, резко выраженные надбровные дуги, уплощение затылка; седловидный нос или его искривление, широкую переносицу; асимметрию лица; раздвоенный, клиновидный, скошенный, непропорционально большой подбородок или почти полное его отсутствие; выступающие верхнюю и нижнюю челюсти; большие оттопыренные или слишком маленькие уши, асимметричное или низкое их расположение, деформацию ушных раковин; большой или чрезмерно маленький рот, "карпий" рот, деформированное твердое нёбо: узкое, высокое, уплощенное, аркообразное; короткую уздечку языка, складчатый или раздвоенный язык; чрезмерно короткую или слишком длинную шею, кривошею; то же - с туловищем: отмечаются деформации грудной клетки, низкое расположение пупка; то же - с конечностями: поперечная бороздка на ладони, короткий изогнутый пятый палец руки, очень длинные, чрезмерно короткие или "извитые", искривленные пальцы кистей и пальцы стоп, нахождение пальцев друг на друга. К малым аномалиям также относятся: крипторхизм - неопущение яичка; фимоз - чрезмерно-маленькое отверстие крайней плоти, что затрудняет мочеиспускание; недоразвитие половых органов; увеличение клитора; нарушения пигментации; родимые пятна с оволосением; избыточное локальное оволосение; гемангиомы и др.

Малые аномалии развития - бесспорное свидетельство нарушенного хода беременности, в основном первого ее периода. Они, особенно если их несколько, настораживают относительно темпа психофизического созревания, которое в таком случае может быть асинхронно: одно нормально, другое опережает сроки, третье задерживается. Если имеется внешняя аномалия развития, возможно предположение о наличии не выявленных внутренних аномалий, что может сказаться на интеллекте, эмоциональности, зрении, слухе и т.д. При малых аномалиях развития следует предвидеть нервность или трудность ребенка, и воспитывать его в таких случаях надо под периодическим наблюдением невропатолога, а позднее - психиатра, с учетом их рекомендаций.

Известна древнекитайская физиогномистика. По строению и форме головы, ушей, лица и всего тела в целом определяли, и достаточно точно, особенности склонностей, отношения к людям и к жизни, поведения, судьбы, здоровья и продолжительности жизни индивида. В согласии с природой человек должен родиться красивым. Люди некрасивы, если у них имеют место аномалии внутриутробного развития. Если эти аномалии во внешности, то они, часто, и

в органах человека. Однако в Древнем Китае полагали, что наличие дефектов лица, ушей, накладывает свой отпечаток и на психику, ибо форма и содержание неразделимы.

Мы думаем, что дефекты в строении головы, лица, шеи, чрезвычайно важное для человека определение самого себя как "красивый" и "некрасивый, дефектный", действительно накладывает свой отпечаток на бессознательное определение ребенком самого себя, как не такого, как другие, в отрицательном смысле, как "меченого". Человек как будто свыкается с большим родимым пятном на лице, на лбу, но в неосознаваемой сфере его психики всегда, как столб посреди дороги, переживание, комплекс: "Я меченый". А раз "меченый", то начинается путь протеста и сверхкомпенсаторного, искаженного самоутверждения.

Все дело в индивидуальном воспитании, когда родители, отметив у ребенка некий дефект, некое отклонение в его склонностях, тенденциях отношения к себе, к другим и к жизни, мудро, целенаправленно стимулируют доброе, лучшее в нем и блокируют развитие неблагоприятных черт характера, неблагоприятных тенденций у него. Ведь воспитание - это своевременное принятие всех мер к тому, чтобы не получили развитие дурные склонности, и всемерная стимуляция развития благоприятного в личностных особенностях человека. Так, скульптор, получив серую, бесформенную глыбу, отсекает все лишнее и творит чудо: из серой глыбы проступает прекрасный, без единого изъяна, лик человека. И, главное, если есть некий дефект, ему находят полноценную компенсацию.

Осложненные роды

Чрезвычайно ответствен и период родов. Это тот миг, который во многом решает судьбу человека. Асфиксия в связи с обвитием пуповины вокруг шеи, затянувшийся безводный период и длительные роды - и возникает угроза, что ребенок, которому было суждено радовать родителей высоким умом, родится умственно отсталым. Родовая травма в связи с трудными родами приводит, в легких случаях, к сокрытым микроповреждениям мозга. Следует сделать все возможное, чтобы рядом с женщиной в этот час были внимательные и опытные акушеры.

Вместе с тем родов не следует бояться. Они - естественный физиологический акт. А если что-то и не так - рядом все видевшие, все знающие акушеры. Положитесь на них и не поддавайтесь страху. Страх - плохой помощник в таком деле. Он искажает динамику таинства родов. Женщину, желающую иметь ребенка, беременность красит. Ожидающую роды с надеждой охраняют миллионы лет эволюции. Ее незримо хранят прародительницы. Эстафету жизни несли те, у кого механизм родов был безукоризненным, остальные не выживали и не давали потомства. Мы все - потомки самых здоровых и выносливых матерей.

Муж, ждущий вестей из родильной палаты, свекровь, приславшая роженице теплое письмо с ободряющими словами, окрыляют женщину, придают ей новые силы, ибо она

любима, рождает для любимого, знает: ребенка - девочку ли, мальчика ли - ждут. И тогда включаются неосознаваемые механизмы, благоприятствующие родам, и на свет появляется счастливое дитя.

Родители с тревогой сообщают психоневрологу, что ребенок родился недоношенным. При современных методах ухода за такими детьми большой опасности в этом нет. Недоношенный быстро, до истечения первого года жизни, догоняет в психомоторном развитии родившихся в срок. Уход и любовь "донашивают" таких детей. Но и игнорировать факт недоношенности не следует, потому что не донашивают беременность по какой-то причине. Она всегда неблагоприятна. Вот ее-то и следует выяснить совместно с врачом и принять меры к устранению возможных вредных последствий.

По шкале Апгар оценка 7-8 и выше баллов указывает на благополучие родов и состояния новорожденного. Оценка в 6 и ниже баллов, напротив, свидетельствует о неблагополучии родов, и тогда врач и родители должны следить за развитием ребенка и своевременно принимать меры для ликвидации замеченных отклонений.

Родители нередко тревожатся по поводу кефалогематомы - поднадкостного кровоизлияния в родах. И хотя рассасывание ее может растянуться на месяцы, эта "шишка" на голове безобидна.

Если в результате неблагоприятно протекавшей беременности родился слабый ребенок, осложненным окажется не только период новорожденности - до месяца, не только первый год жизни. Будет осложнено воспитание, формирование характера, личности в целом. Слабый малыш беспокоен и плаксив. У него плохой аппетит и он медленно набирает вес. В дом, где он живет, чаще заходит врач. Родители озабочены состоянием его здоровья; ему поневоле уделяется больше внимания, чем брату или сестре; он пользуется особыми льготами и как-то улавливает это.

В результате уже с первого года жизни формируется трудный характер. Дальше - больше. Ребенок уже окреп, но по-прежнему не в меру требователен. Он хочет есть, да вначале пожеманится, покапризничает, заставит родителей поплясать перед ним с ложкой. Каждый пустяк, естественное отправление он выполняет не просто, а с претензией. Родители встревожены, а он достиг желаемого: он вновь в центре внимания. Глядишь, ему всего-то год-два, а он уже истеричен, эгоистичен.

Сокрытые микроповреждения мозга

Все знают о родовой травме и ее последствиях - детском церебральном параличе или об относительно мягких ее последствиях - "пирамидной недостаточности", когда у ребенка неловкие пальчики рук или он имеет обыкновение ходить на пальцах ног, "как балерина". И его ножки не полностью разводятся в тазобедренных суставах.

Однако много чаще отмечается микрородовая травма, не фиксируемая в роддоме, о

которой чаще всего родители и не подозревают. У ребенка в таком случае отсутствуют грубые повреждения мозга, но есть множество микроповреждений коры и подкорковых структур, как если бы речь шла о ткани, слегка тронутой молью. Уже в родильном доме отмечают, что младенец беспокоен или устал в родах, и первое его кормление обычно откладывают на двое-трое суток. Это часто бывает с крупным плодом и в результате затяжных или стремительных родов.

В таких случаях ребенок с первых дней жизни беспокоен или вял, малоподвижен. Если он беспокоен, то много и без причин плачет, кричит, всегда не в духе, по словам родителей, не знает чего хочет, склонен к "двигательной буре", аффекту. Это "разрушитель", не играющий с игрушкой, а ломающий ее, выбрасывающий игрушку из кроватки, манежика, сметающий резким движением руки построенную отцом башенку из кубиков. Такой ребенок агрессивен, кусает грудь матери, бьет по лицу держащего его на руках или рвет у него волосы. Когда он ест, то истыкивает всю пищу ложкой, выбрасывает ее из тарелки на стол. Он груб и агрессивен с животными, весь исцарапан кошкой, а собака ищет от него "пятый угол". Подрастая, он агрессивен по отношению к детям, особенно к тем, кто младше или слабее, и к бабушке.

У таких, беспокойных, нередко расторможены и влечения. Эти дети нередко повышено сексуальны, и родители жалуются: "Он подсматривает, когда взрослые переодеваются, поднимает у взрослых подол платья, говорит о таком, о чем дети его возраста и не помышляют". Рано отмечается у них и онанизм. Своеобразие влечений выявляется у таких детей и в избирательном отношении к пище, когда питаются только сыром или только вермишелью, а остальное отвергают. Своеобразны они и в одежде: отвергают все новое, непривычное и могут год или два носить одну и ту же рубашку, отказываются от шапки или шарфика.

Очень рано проявляется их настырность, прилипчивость, тенденция надолго застревать на одном и том же. По словам родителей, они - "мучители" и часто успокаиваются только после того, как доведут всех до слез. Они беспокойны днем, но нередко не дают родителям покоя и ночью, поскольку просыпаются с криком, со страхом, не узнают родителей. Успокаивать их приходится долго. Они много пьют и нередко просыпаются, требуя воду или кефир.

Если же ребенок с микрородовой травмой вял и малоподвижен, то это означает что он как бы устал в родах "на всю оставшуюся жизнь". Такие дети сонливы, пассивны, а если плачут, то тихо, нудно, и никому не понять, почему они плачут. У них нет желаний, кроме одного - чтобы их оставили в покое. Обращает на себя внимание их скудная эмоциональность. Их лицо малоподвижно, уныло, и родителям кажется, что они больны. У них плохой аппетит, и родители говорят: "Если его не кормить, он сам сутками не выкажет,

что голоден". И крошка ведет себя, как старичок, который жаждет только одного - покоя. Такие дети медлительны, хотя и не флегматичны по природе. Вначале родители радуются - ребенок спокоен, а после года начинают беспокоиться - он отстает в развитии.

Психофизический дефект

Во взаимосвязи врожденных и возникших при жизни причин детской нервности или трудности особое место занимает психофизический дефект. Дефектом является и **задержка в физическом развитии**, отклонения в нем, врожденно неблагоприятные физические данные. Ребенок физически слаб, неловок, плохо координирован, нескладен, мал ростом. Дети есть дети. Они обижают такого, не принимают в игру. Какой из него вратарь, защитник или нападающий, если его пальцем перешибешь? Когда толкаются, такому не устоять на ногах. Воспитательница, учительница сердятся, потому что его надо буквально водить за руку. На уроках физкультуры он раздражает тем, что при групповой форме занятий требует индивидуальной опеки.

Ребенок ощущает свои неблагоприятные физические данные как неполноценность. Ему стыдно, обидно и страшно. Он избегает бывать на уроках физкультуры. Необходимость раздеться при всех и предстать в смешном виде мучительна для него. Ему в радость даже болезнь, поскольку она хоть на короткое время избавляет его от насмешек сверстников, вызванных тем, что он не может, как они, высоко и далеко прыгать, быстро бегать, подтягиваться на перекладине. Каждому не составляет труда обидеть его. В итоге ребенок и сам начинает презирать себя. Мужчины, которые в школе были самыми маленькими и самыми слабыми, хорошо знают, что это такое, и нередко с горечью вспоминают те годы.

То же самое, если ребенок толст, неуклюж. Над ним смеются, его дразнят, не принимают в игру. В конце концов и он, будучи униженным, начинает презирать сам себя. Горестная ситуация, зачастую приводящая к детской нервности. В подобных случаях преодоление дефекта - первостепенная задача. Излишнюю полноту решительно устраняют диетой и движением. Физически слабого укрепляют, нескладного и малорослого неустанно тренируют на ловкость. Ребенок меньше других ростом, не так силен, как его сверстники, но гибок, как уж, и его принимают на равных. Ловкость побеждает силу, и его перестают обижать. В спортивные секции охотно идут сильные, но нуждаются в них больше слабые и малорослые, полные, неуклюжие. Тщедушный новенький, стоявший последним в шеренге на уроке физкультуры, стал объектом постоянных насмешек. Но когда он большее число раз, чем другие, подтянулся на перекладине, насмешки сменились удивлением. Удивление стерло первое неблагоприятное впечатление.

Слабого, малорослого не утешают. Ему нужна решительная и действенная помощь. Ему помогают преодолеть слабости, или компенсируют непреодолимый дефект развитием других, выигрышных данных.

Есть дети с дефектами внешности: косят глаза, явно некрасивы форма носа, ушей или лицо в целом, обезображена рука, нога или шея, грудная клетка. Таких детей сверстники если и не дразнят, то молчаливо отвергают, и ребенок с дефектом внешности рано осознает его, затаенно страдает. Ущемляется самое важное для человека - чувство достоинства, потребность ребенка быть не хуже других. Ребенка не утешают заявлениями типа "с лица воду не пьют". Подобное воспринимается как попытка примирить с тем, с чем невозможно примириться.

Дефект своевременно устраняют, а если он неустраним - психологически и физически компенсируют. В каждом есть какие-то хорошие задатки, склонности, способности, и родители прилагают максимум усилий для их развития. И вот ребенок с дефектом внешности становится хорошим шахматистом, музыкантом, художником, математиком. Он что-то знает глубже, лучше других, что-то умеет, чего не умеют другие, и горд, уважаем. В девочке с непривлекательной внешностью развивают компенсирующие качества - красоту развитого ума, богатых душевных качеств, отменного здоровья, трудолюбие и умения.

Естественно, не забывают и о внешности. Особенно заботятся о зубках. Улыбка при белоснежных зубах делает человека красивым. Одна только походка, осанка может придать девочке привлекательность. И ее учат красиво ходить, держать спинку, горделиво нести головку. Таковую девочку как можно раньше учат со вкусом одеваться и носить одежду, вообще следить за собой. Красота заключена и в здоровье. Она в блеске глаз, в цвете губ, в тех же здоровых зубах, в атласности и свежести кожи, в прекрасной фигуре. Здоровье, сила, ловкость придают человеку уверенность в себе и помогают ему ощущать себя физически полноценным. Так же воспринимают здоровье и другие.

И все это забота родителей, воспитание, профилактика детской нервности или трудности. Ведь и физически полноценного можно воспитать так, что он будет ощущать себя как бы безногим, безруким. Унылый, имея здоровые ноги, сидит в углу, а жизнерадостный, уверенный в себе танцует и с протезом. Воспитание решает многое. Если родители ребенка, имеющего дефект, жалеют его, смущены этим дефектом, он поставит на себе крест. Он примет роль увечного, неполноценного. Ободрять такого ребенка и, главное, решительно и эффективно действовать - так повелевает в этих случаях родительский долг.

Как психофизический дефект воспринимается и хроническая болезнь. Детство проходит в больницах, ребенок подолгу прикован к постели, пропускает школу, тоскливо смотрит в окно на играющих в хоккей, футбол. Дети относятся к болезненному как к "хиляку". И он сам начинает относиться к себе так же. Даже пожилому трудно привыкнуть к роли хронически больного; для ребенка это и вовсе непереносимо. Детство и хроническая болезнь - несовместимые понятия. Хроническое заболевание - частая причина детской нервности и трудности, источник тяжелых переживаний. Родители, заботясь об учебе, обучении второму языку или музыке, еще чему-то престижному, нередко упускают из виду здоровье ребенка,

мало думают о физическом совершенстве. В результате вырастает образованный, но больной, слабый, а, следовательно, нервный или трудный человек.

Гармоническое развитие ребенка чрезвычайно важно. Психофизический дефект омрачает детство, приводит к восприятию его как безрадостного, тяжелого и унижительного. Мудрые и любящие родители никогда не допустят, чтобы их ребенок в чем-то был последним. А если все-таки он в чем-то уступает, во всем остальном он должен быть безусловно среди первых. И малорослый - атлетически сложен, силен или ловок; у имеющего дефект ног - хорошо развиты руки, при дефекте рук - ноги; у физически неполноценного развиты ум и способности; обделенный природой в том, что касается внешних данных, красив максимальным развитием всех других его способностей и возможностей.

У мальчика отсутствовали все пальцы на правой руке, кроме большого, он был самым маленьким в классе и крайне непривлекателен внешне. Но природа редко жестока до конца. И родители мальчика с его дошкольных лет искали в нем благодатное, выигрышное, компенсирующее его недостатки. К подростковому возрасту, когда проблема внешности так остра, что приводит к попыткам самоубийства, этот мальчик был лучшим в школе по математике, кандидатом в мастера спорта по шахматам, интереснейшим собеседником и эрудитом, душой и любимцем класса. В результате ему поступало больше, чем другим мальчикам, записок от девочек со словами: "Как ты ко мне относишься?"

Кризисные ситуации

В жизни ребенка немало кризисных ситуаций. Неизбежные, естественные кризисы: поступление в детский садик, в школу и учеба в пятом классе, рождение брата, сестры. Ситуативно возникающие кризисы: глубокий, затяжной кризис в семье, развод родителей, смерть бабушки, дедушки, кого-то из родителей; преследование со стороны старшего по возрасту ребенка, подростка во дворе или в школе; хроническое заболевание, физическая травма, наносящая ущерб внешнему облику или стесняющая свободу жизни ребенка (гипсовая или иная иммобилизующая повязка), госпитализация, отрыв от семьи (санаторий, летний лагерь, спортивный сбор и т.п., длительная командировка, отъезд обоих родителей).

Кризисы опасны тем, что способны "закомплексовать" ребенка ("комплекс неполноценности", комплексы "отвергаемого", "неприятия родителями", "затравленного", "одинокого", "безотцовщины", "непонимания со стороны окружающих", "пережитого насилия", "неудачливости"). **Комплекс** - вытесненные в неосознаваемую сферу психики события, потрясшие ребенка, длительные тягостные ситуации, в которые он попадал, не будучи в состоянии их до конца осознать, контролировать, преодолеть, ощущая при этом страх и безвыходность происходящего, ощущая беспомощность, отчаяние, незащищенность, одиночество в беде, переживая унижение, острую горечь, чувство несправедливости. Все подобное, пережитое ребенком, как говорят, западает в душу, остается в неосознаваемой

памяти навсегда и может сокрушительно сказаться на судьбе, на жизни человека.

Нет необходимости в разделе о кризисах подробно рассматривать проблему комплексов, скажем только, что наипервейший долг родителей - не допустить такого положения, при котором ребенок переживает чрезмерный страх, тоску, длительное состояние тревоги, отчаяния, незащитности, одиночества, безвыходности своего положения, глубокое унижение. И добавим к этому, принципиально и категорично, что после подобных потрясений ребенок может стать "другим", "другим" в отрицательном смысле: он может оказаться сломленным, может утратить природную мужественность.

Ребенок должен быть уверен, что его родители всегда рядом, даже если они отлучились по своим делам (телефон!), что он защищен, что он в безопасности. Лейтмотив отношений родителей с ребенком в рассматриваемом аспекте: мы внимательно следим за всем, что происходит вокруг тебя, мы немедленно придем на помощь, у нас много дел и интересов, но твоя безопасность, твои проблемы для нас превыше всего!

Поступление в детский садик, в школу - всегда кризис, но для хорошо подготовленного ребенка этот кризис естествен, не чреват отрицательным, стойким стрессом, он не "комплексует". Подготовленный ребенок обучаем и не раздражает воспитателя, понимает все, что надо понимать, умеет все, что надо уметь, способен себя защитить. Он безболезненно адаптируется к новой ситуации, уверенность в себе не только не подрывается кризисной ситуацией, а, напротив, укрепляется. И кризис укрепляет Я. Для подготовленного ребенка ситуацию, в которой он оказывается в детском садике и в первом классе школы, можно выразить словами: "Не так страшен черт, как его малюют". Не подготовить ребенка к детскому садiku, к школе - все равно, что бросить его в воду, наблюдая, выплывет он или нет.

Таким образом, кризис может быть полезным, как стимул, как встряска, добрый опыт преодоления трудностей, может быть и отрицательным, "комплексирующим".

Точно так же рождение брата, сестры - естественный кризис, ибо многое меняется в отношении родителей к ребенку. Однако подготовленный к этому событию ребенок, да еще при мудром отношении к нему родителей, когда и его не забывают, когда не звучит поминутно: "Ты большой, ты должен!", становится серьезнее, ответственнее, добрее, пережив этот кризис.

Кризис в семье, даже развод родителей, не должен иметь сокрушительных последствий для ребенка. Родители - конфликтуют, разводятся, но все происходит не так драматически для ребенка.

В жизни есть много непосильного для психики ребенка, и это, в первую очередь, смерть бабушки, дедушки и особенно кого-то из родителей. Мы однозначно считаем: ребенок не должен видеть мертвыми близких ему людей, участвовать в захоронении! Для него вообще непосильны такие сцены, эта сторона жизни. А в остальном мудрость взрослых способна

смягчить и этот кризис. И ребенку говорят примерно так: "Дедушка был старенький, дедушка ушел, попросив нас всех жить долго. Это очень грустно, мы все должны выполнить просьбу дедушки. Помни дедушку, он был добрым, любил тебя и хочет, чтобы тебе всегда было хорошо".

Хронические заболевания у ребенка преодолеваются энергично, с огромным вниманием к его переживаниям, с поиском лучших врачей. Ведь детство и хроническая болезнь несовместимы: ребенок не понимает, что следует потерпеть, смириться с ограничениями, порожденными болезнью. Он играл с детьми, он выходил во двор, а теперь родителям надо играть с ним, занять его так, чтобы жизнь сама как бы пришла к нему, к его постели. То же и при травмах. Госпитализация ребенка допустима только по жизненным показаниям. Все, что может быть излечено дома, должно быть излечено только амбулаторно.

Но если ребенок все-таки оказывается в больнице, там вместе с ним должна быть и его мама, а папа несколько раз в день - под окном! И здесь отменяются все бюрократические препоны, все "пропуска". Они антигуманны, они противоестественны, их придумали люди без сердца, не любящие детей и людей вообще! Такие "организаторы здравоохранения" заявляют, что больница - не проходной двор, что присутствие посторонних взрослых в ней антигигиенично, дезорганизует лечебный процесс. Но ведь в лучших клиниках мира родители постоянно общаются с детьми, и там это почему-то не "дезорганизует работу". Все эти придуманные препоны не более чем сопротивление родительскому контролю за уходом и отношением к детям в больнице.

Специфична проблема летних лагерей, спортивных сборов для детей. Направлять в них детей можно только по их горячему желанию. Что касается длительных командировок родителей, оставляющих детей с бабушкой, то и они опасны как для детей, так и для родителей разобщением, нарушением воспитания и "комплексованием". Резюмируя все вышесказанное, повторим: отрыв детей от родителей всегда противоестествен, всегда беда. Это всегда "комплексующий кризис". Имея родителей, ребенок не должен пережить какой-либо "комплексующий кризис". Естественно, мы здесь имеем в виду хороших родителей, нормальные, а не асоциальные семьи, когда отрыв от родителей - благо.

В качестве ситуативно и часто возникающих кризисов выступают конфликтные ситуации в общении ребенка с другими детьми. Речь идет о столкновении интересов ребенка с интересами других детей, о нарушении ребенком правил общения, поведения и игры, о борьбе за лидерство в группе, об агрессии самого ребенка или агрессии в его адрес. При этом следует подчеркнуть, что прожить детство, жизнь без конфликтов невозможно, а уступки всем во избежание конфликтов ведут к неизбежному отказу от своего Я, от инстинктов свободы и сохранения достоинства. В конфликтах отстаиваются интересы, притязания, истина и справедливость, оттачивается способность отстаивать свое Я. Опыт конфликтов - это опыт преодоления экстремальных ситуаций, наиболее острых моментов в межличностных

отношениях. Конфликты, кризисы стимулируют формирование личности.

Для родителей конфликты, кризисы в жизни ребенка важны тем, что, являясь для ребенка экстремальной ситуацией, лучше всего выявляют его натуру, высветляют основные грани его характера, его личностных особенностей. Ведь ребенок может попадать в конфликтные ситуации из-за того, что повышенно обидчив, инфантилен, интеллектуально снижен. Его могут обижать, что так же порождает конфликты, поскольку он слаб или "маменькин сынок", не способный себя защитить, поскольку он робок с чужими или в нем есть нечто ущербное - он "белая ворона", "рыжий", отвергаемый, унижаемый сверстниками. Ребенок может и сам провоцировать конфликты с другими детьми, поскольку он крайне эгоистичен, не считается с интересами других детей, агрессивен, экстрапунитивен, т. е. склонен считать неправыми, виноватыми всех и никогда - себя, поскольку чрезмерно требователен к другим и гневно отвергает любые требования к себе.

Если же ребенок сам провоцирует конфликты, родители эмоционально, мудро, аргументировано указывают ему на причины каждого конфликта: "Ты сам виноват в этом. Если ты не научишься общаться с другими детьми, то окажешься одиноким, у тебя не будет друзей". Рано или поздно ребенок обязательно поймет это.

Итак, конфликты естественны и даже необходимы ребенку как опыт отношений с другими без потери своего достоинства. Весь вопрос в том, что ребенок не должен сам провоцировать эти конфликты, что он обязан знать меру в реакции на конфликтную ситуацию, что он должен научиться разрешать конфликты без озлобленности, мирно, умея прощать, а еще лучше - умея предотвращать конфликты!

Родители спокойно, терпеливо наблюдают за возникшими между детьми конфликтами, давая возможность своему ребенку самому разрешить их, найти выход. И здесь действует мудрое правило: **никогда не делать за ребенка то, что он может и должен сделать сам.** Родители помнят, что конфликты - та экстремальная ситуация, та психодрама, та школа для ребенка, которая воспитывает его сама по себе, дает ему необходимейший жизненный опыт. И родители не вмешиваются в такой конфликт, хотя бушуют эмоции участвующих в нем, хотя назревает и обычно даже возникает рукопашная схватка. Иными словами, пока конфликт развивается естественным для детей путем, взрослый не вмешивается в него. Нет людей, которые бы интуитивно не понимали, что нормально, естественно, по-детски, а что - уже пережест или патология, когда кто-то из детей начинает вносить в конфликт уже "акцентированную" ожесточенность, когда возникает опасность психической или физической травматизации.

Из конфликтов, в которых ребенок вел себя справедливо, отважно, достойно и умно, рождается благоприятный жизненный опыт и уверенность в себе, а из конфликтов, в которых озлобился, был не прав, труслив, жалок, - детская нервность или трудность.

Особенности проявления детской агрессии

Дети являются ангелами не больше, чем взрослые, и агрессивность им присуща в полной мере. Согласно многочисленным исследованиям, сейчас проявления детской агрессивности являются одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения, с которыми приходится иметь дело взрослым - родителям и специалистам (воспитателям, психологам, психотерапевтам). Сюда относятся вспышки раздражительности, непослушание, избыточная активность, драчливость, жестокость. У подавляющего большинства детей наблюдается прямая и косвенная вербальная агрессия - от жалоб и агрессивных фантазий ("Сейчас придет Ба-бай и тебя заберет!"), до прямых оскорблений и угроз ("Ты - уродина", "Ну и дурак ты!", "Сейчас как дам больно!"). У многих детей отмечаются случаи смешанной физической агрессии - как косвенной (разрушение чужих игрушек, порча одежды сверстника, лежащей возле его постели и пр.), так и прямой (дети бьют сверстников кулаком по голове или лицу, кусаются, плюются и т. п.). Такое агрессивное поведение всегда инициативно, активно, а иногда и опасно для окружающих, и потому требует грамотной коррекции.

Основными **причинами** проявлений детской агрессивности являются:

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- стремление получить желанный результат;
- стремление быть главным;
- защита и месть;
- желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

У детей, как и у взрослых, существует две формы проявления агрессии:

недеструктивная агрессивность и враждебная деструктивность. Первая - механизм удовлетворения желания, достижения цели и способности к адаптации. Она побуждает ребенка к конкуренции в окружающем мире, защите своих прав и интересов и служит для развития познания и способности положиться на себя.

Вторая - не просто злобное и враждебное поведение, но и желание причинить боль, получить удовольствие от этого. Результатом такого поведения обычно бывают конфликты, становление агрессивности как черты личности и снижение адаптивных возможностей ребенка. Деструктивность агрессии дети начинают чувствовать уже в раннем возрасте и стараются управлять ею. Однако у некоторых детей она, вероятно, запрограммирована биологически и проявляется с первых дней жизни: ее простейшим выражением являются реакции ярости и гнева. Генетически агрессивность связана с Y-хромосомами: ученые установили, что она особенно присуща мальчикам, имеющим при некоторых генетических абберациях такую дополнительную хромосому.

Среди **психологических особенностей**, провоцирующих агрессивное поведение детей, обычно выделяют:

- недостаточное развитие интеллекта и коммуникативных навыков;
- сниженный уровень саморегуляции;
- неразвитость игровой деятельности;
- сниженную самооценку;
- нарушения в отношениях со сверстниками.

Следует подчеркнуть, что в большинстве случаев агрессивные действия детей дошкольного возраста (особенно совсем маленьких) имеют недеструктивный инструментальный или реактивный характер. Проявления агрессивного поведения чаще наблюдаются в ситуациях защиты своих интересов и отстаивания своего превосходства, когда агрессия используется как средство достижения определенной цели. И максимальное удовлетворение дети получают при получении желанного результата - будь то внимание сверстников или привлекательная игрушка, - после чего агрессивные действия прекращаются.

Классификация видов агрессии.

Разделение по направленности на объект	Гетероагрессия - направленность на окружающих: убийства, изнасилования, нанесение побоев, угрозы, оскорбления, ненормативная лексика и т.д.	Аутоагрессия - направленность на себя: самоуничтожение вплоть до самоубийства, саморазрушающее поведение, психосоматические заболевания.
Разделение по причине появления	Реактивная агрессия - представляет собой ответную реакцию на какой-то внешний раздражитель (ссора, конфликт и пр.).	Спонтанная агрессия - появляется без видимой причины, обычно под влиянием каких-то внутренних импульсов (накопление отрицательных эмоций, неспровоцированная агрессия при психических заболеваниях).
Разделение по целенаправленности	Инструментальная агрессия - совершается как средство достижения результата: спортсмен, добывающийся победы; стоматолог, удаляющий больной зуб; ребенок, громко требующий от матери, чтобы она купила ему игрушку и пр.	Целевая (мотивационная) агрессия - выступает как заранее спланированное действие, цель которого - нанесение вреда или ущерба объекту: школьник, который обиделся на одноклассника и избил его; мужчина, специально нецензурно бранящий жену и пр.

<p>Разделение по открытости проявлений</p>	<p>Прямая агрессия - направляется непосредственно на объект, вызывающий раздражение, тревогу или возбуждение: открытое хамство, применение физической силы или угрозы расправы и пр.</p>	<p>Косвенная агрессия - обращается на объекты, непосредственно не вызывающие возбуждение и раздражение, но более удобные для проявления агрессии (они доступны и проявление агрессии в их адрес безопасно): отец, придя с работы не в духе, срывает злость на всей семье, непонятно за что; мать после конфликта с соседкой начинает практически без повода кричать на ребенка и пр.</p>	
<p>Разделение по форме проявлений</p>	<p>Вербальная - выражена в словесной форме: угрозы, оскорбления, содержание которых прямо говорит о наличии отрицательных эмоций и возможности нанесения морального и материального ущерба противнику.</p>	<p>Экспрессивная - проявляется невербальными средствами: жестами, мимикой, интонацией голоса и пр. В таких случаях человек делает угрожающую гримасу, машет кулаком или грозит пальцем в сторону противника, громко извергает ненормативную лексику.</p>	<p>Физическая - прямое применение силы для нанесения морального и физического ущерба противнику.</p>

И. А. Фурманов делит агрессивное поведение детей на две формы:

а) Социализированная.

Дети обычно не имеют психических нарушений, у них низкий моральный и волевой уровень регуляции поведения, нравственная нестабильность, игнорирование социальных норм, слабый самоконтроль. Они обычно используют агрессию для привлечения внимания, чрезвычайно ярко выражают свои агрессивные эмоции (кричат, громко ругаются, разбрасывают вещи). Такое поведение направлено на получение эмоционального отклика от других или отражает стремление к контактам со сверстниками. Добившись внимания партнеров, они успокаиваются и прекращают свои вызывающие действия.

У этих детей агрессивные акты мимолетны, обусловлены обстоятельствами и не отличаются особой жестокостью. Агрессия носит произвольный, непосредственный характер, враждебные действия быстро сменяются дружелюбными, а выпады против сверстников - готовностью сотрудничать с ними. Ребята обычно используют физическую агрессию (прямую или косвенную), поступки отличаются ситуативностью, наиболее яркие эмоции наблюдаются в момент самих действий и быстро угасают. Такие дошкольники имеют весьма невысокий статус в группе сверстников - их не замечают, не принимают всерьез либо избегают. Наиболее яркая характеристика, которую им дают сверстники: "Во все

вмешиваются, кричат, бегают, все портят и всем мешают". Поведение похоже на проявления гиперкинетического синдрома, только более целенаправленно и агрессивно.

б) Несоциализированная.

Дети обычно страдают какими-нибудь психическими расстройствами (эпилепсия, шизофрения, органическое поражение головного мозга) с негативными эмоциональными состояниями (тревога, страх, дисфория). Отрицательные эмоции и сопровождающая их враждебность могут возникать спонтанно, а могут быть реакцией на психотравмирующую или стрессовую ситуацию. Личностными чертами таких детей являются высокая тревожность, эмоциональное напряжение, склонность к возбуждению и импульсивному поведению. Внешне это проявляется чаще всего прямой вербальной и физической агрессией. Эти ребята не пытаются искать сотрудничества со сверстниками, часто сами не могут внятно объяснить причины своих поступков. Обычно агрессивными действиями они либо просто разряжают накопившееся эмоциональное напряжение, либо получают удовольствие от причинения неприятностей другим.

Особенности агрессии детей и подростков:

1. Жертвами агрессии становятся близкие люди - родные, друзья и пр. Это своего рода феномен "самоотрицания", поскольку такие действия направлены на разрыв кровных связей - жизненной основы существования человека.
2. Далеко не все агрессивные дети воспитываются в неблагополучных семьях, многие, наоборот, имеют весьма состоятельных и заботливых родителей.
3. Агрессия часто возникает без реального повода.

Одной из самых больших и распространенных ошибок взрослых (даже специалистов - в основном, педагогов) является стремление подавлять всяческие проявления детской агрессивности. Большинство взрослых отождествляют агрессию с насилием и стараются запрещать игры и фантазии с проявлениями враждебности, относя их к разряду патологии. Дети, которых регулярно за это наказывают, тоже начинают считать такие мысли, эмоции и действия опасными и/или недостойными и затормаживают, подавляют их, со всеми вытекающими неприятными последствиями.

Почему-то большинство педагогов считает, что подавление агрессивных проявлений приведет к установлению в группе (классе) обстановки дружелюбия и уравновешенности. К сожалению, это не просто совершенно неверно, но даже опасно: подавленная агрессия не исчезает, а накапливается в бессознательном ребенка. В один отнюдь не прекрасный день она вырывается наружу в виде яростного взрыва, причем обычно достается людям невиновным. При этом детская агрессивность вызывает встречную агрессию у взрослых и сверстников и образуется порочный круг, выбраться из которого без помощи специалиста участники часто не могут.

Что касается родителей, то очень часто требования вести себя тихо, не шуметь и не прыгать, отражает не заботу о ребенке, а только их собственные проблемы: усталость, повышенную нервозность и тревогу, которые усиливаются под действием детского гама и суматохи. И в таких случаях родителю (бабушке, воспитателю) лучше честно признаться в этом сначала самому себе. А потом довести до детей в прямой и понятной для них форме ("мама устала", "у бабушки болит голова" и т. п.), а не рационализировать, прячась за маску беспокойства о ребенке.

Пуританское воспитание приводит к тому, что дети перестают (вернее, не научаются) проводить необходимую грань между допустимым проявлением агрессии и непозволительным - у них не хватает практики. Наверно, у каждого из нас в детстве был печальный, но полезный опыт, когда мы весьма сильно били кого-либо из сверстников (часто "превышая пределы необходимой самообороны"). Реакция родителей и других взрослых тогда, да и собственный страх от содеянного, явились ценным вкладом в наше развитие и научили в дальнейшем соизмерять силу своей агрессии.

Детская агрессия: когда поможет только психолог

Если родители не справляются с агрессивностью ребенка, то есть если они чувствуют неуверенность в том, как поступить, страх и бессилие перед его агрессивными вспышками, сами срываются и кричат на ребенка, а потом испытывают чувство вины, и им кажется, что они уже перепробовали все методы воспитания – это, конечно, повод для обращения к психологу. Возможно, у родителей или педагогов есть сомнения и вопросы, ощущение, что что-то не так, чувство дискомфорта – в любом случае не стоит накапливать негативные эмоции. Чем раньше они заметили трудности, которые возникают у них и ребенка в отношениях с другими людьми, – тем проще исправить ситуацию, тем быстрее они смогут вместе со специалистом найти решение различных проблем.

А вообще-то всегда помните о том, что ребёнок – это "зеркало" его родителей: если "зеркало" вдруг отражает что-то, что вам не нравится или приводит в ужас, не торопитесь делать выводы. Иногда достаточно изменить какие-то вещи в поведении родителей, чтобы ребёнок начал по-другому реагировать на внешние раздражители.

Проявления агрессии у детей.

Отмечаются разные варианты в проявлении агрессии у детей. Можно подраться с тем, кто под руку подвернется. Можно долго накапливать гнев, а потом устроить истерику по пустяковому поводу. А можно направить всю агрессию на себя и заболеть каким-либо психосоматическим заболеванием, например, астмой или язвой.

Любая эмоция имеет телесное выражение – напрягаются определенные группы мышц. Например, при агрессии напрягается все тело, а руки сжимаются в кулаки. Наше тело

мобилизуется для атаки. И если дальше ничего не происходит, злость и гнев так и остаются в нашем теле в виде напряжения.

Как мы узнаем, что другой человек злится и готов к нападению? Мы видим сжатые кулаки, напряженные мышцы тела. Человек как бы становится "больше". Изменяются черты лица, например, есть такое выражение: "лицо, перекошенное злобой". Мы можем также слышать угрозы в наш адрес.

Существуют *три основных проявления агрессии*. Это мимика, поведение и речь. Проявления злости и гнева у детей так же разнообразны, как и у взрослых людей, но более отчетливы, менее замаскированы. Например, пятилетняя Аня, когда злится, краснеет от напряжения, сжимает кулаки и говорит: "Я тебя съем!". Сережа, прежде чем начать драться, прищуривает глаза и топает ногой. А Ванечка, насупившись, отворачивается и не хочет говорить, но так дергает колесо у машинки, что оно отваливается.

Важно уметь замечать проявления агрессии ребенка своевременно. Это может пригодиться, чтобы научить его выражать свой гнев в социально приемлемых формах. Если вы заметили у ребенка признаки надвигающейся агрессии, можно направить агрессивные реакции в приемлемое русло, а не ждать спонтанного проявления агрессии. Например, если ребенок злится из-за того, что другой ребенок не дает ему поиграть в свою игрушку, можно не ждать когда они подерутся, а научить их договариваться между собой.

Еще очень важно, как говорят психологи, дать ребенку "отреагировать" свой гнев. Поскольку мы видим, что гнев – это реакция, следовательно, ее, эту реакцию, надо отреагировать, дать ей выход, как и любой другой эмоции. Важно дать понять ребенку, что вы любите его и с его злостью тоже.

Агрессия не бывает без эмоций *гнева, злости или ярости*. В словаре Ожегова гнев определяется как чувство сильного возмущения, негодования. В русском языке есть много слов отражающих различную интенсивность и оттенки гнева. Это и раздражение, и злость, и ярость.

Почему дети "бесятся"?

Мама занимается домашним хозяйством, а малыш, играя и исследуя мир, переворачивает тазик с бельем. Мама спокойно объясняет, что так делать нельзя. Если малыш продолжает переворачивать тазик, то через некоторое время у мамы появляется раздражение (возможно, повышается голос), еще через некоторое время появляется злость (скорее всего, это уже разговор на повышенных тонах), затем гнев и ярость (здесь уже хочется ребенка встряхнуть или даже отшлепать). Переворачивание тазика является неприятным стимулом, который долго не прекращается. Не все мамы умеют правильно выражать свою злость, а многие считают, что этого вообще делать нельзя. При этом все невыраженные чувства имеют такую особенность, как накопление. Когда их накапливается очень много, они переполняют

нас и выплескиваются. Это похоже на наполнение водой воздушного шарика – он может очень долго растягиваться, но рано или поздно лопнет.

Надо заметить, что обычно мы не стесняемся выражать позитивные чувства, такие как радость или удовольствие. А вот негативные – склонны скрывать, так как это обусловлено культурными запретами. Таким образом в нашем примере, если мама сразу же не показала ребенку свое раздражение или злость, через какое-то время она может накричать на ребенка так, что для него это будет неожиданностью. Ведь он не знает, что происходит у мамы внутри, как "включаются" ее эмоции. А снаружи он видит добрую, спокойную маму, которая, с его точки зрения, с ним играет. В таких случаях всегда лучше показывать ребенку свои истинные чувства, проговаривая их и объясняя последствия.

Хочется заметить, что любое негативное поведение ребенка, будь то капризы, слезы, драки и т.д., свидетельствуют не о том, что ребенок что-то хочет сделать назло взрослым, а о том, что в его жизни что-то не так. Это касается как физического здоровья, так и психологического.

Как часто родители говорят ребенку: "Что ж ты у нас такой – дерешься все время?". У этой фразы очень многоликий подтекст: "Ты не такой, как надо", "Ты плохой", "Такого мы тебя меньше любим" и даже: "Ты нам такой не нужен". В ней как минимум присутствует разочарование ребенком. Но ведь на самом деле любое негативное поведение ребенка – это крик о помощи. Особенно это касается совсем маленьких детей и дошкольников, которые просто не могут нормальными словами, как взрослые, назвать то, что с ними происходит. А между прочим, эти вспышки могут быть вызваны любым ощущением дискомфорта, даже голодом, усталостью или стрессом.

Почему ребенок становится агрессивным? Ведь эмоции злости и гнева запускают агрессию, но не обязательно приводят к ее проявлению.

Исследования в области изучения детской агрессии показали, что на формирование данной особенности влияют:

1. негативизм матери (ее отчужденность, равнодушие, постоянная критика);
2. безразличное отношение, игнорирование агрессивных проявлений ребенка по отношению к другим детям и взрослым (фактически поощрение агрессивного поведения);
3. суровость дисциплинарных воздействий (физическое наказание, психологическое давление, унижение).

На формирование детской агрессии может воздействовать предрасположенность к возбудимости нервной системы. Но речь идет только о предрасположенности! Практика показывает, что на агрессивность ребенка больше воздействуют социальная среда и его окружение. Агрессивный ребенок скорее вырастет в семье с агрессивными родителями, но не потому, что это передается генетически, а потому, что родители не умеют справляться со своей агрессивностью. Поэтому и не смогли научить этому своего ребенка.

Это самые основные причины детской агрессии, к тому же обобщенные. Помните, что ребенок - это самостоятельный и уникальный человек, и чтобы разобраться в причинах агрессивности именно ребенка, нужно разбираться в данном конкретном случае и искать специфические именно для него причины. К тому же, чтобы воспитать желаемые черты поведения у ребенка, родителям надо разбираться со своими собственными недостатками и достоинствами.

Возрастные различия в проявлении детской агрессивности

Агрессия детей младшего дошкольного возраста.

Маленький ребенок, находясь в группе сверстников (в детском саду, во дворе и т. п.), старается стать в этой среде популярным или авторитетным. Этим он удовлетворяет свое желание быть признанным и защищенным, пользоваться вниманием. Коммуникативные навыки в этом возрасте обычно недостаточно развиты, процессы возбуждения превалируют над торможением, а моральные нормы еще не сформированы, поэтому маленький человек часто старается занять лидерские позиции с помощью агрессивных методов. Особенно легко и быстро агрессия возникает у детей, имеющих резидуально-органические поражения головного мозга, социально запущенных, отвергаемых родителями, умственно отсталых. К повышенной агрессивности располагают и некоторые родительские приемы воспитания, например, когда отец наставляет ребенка: "Хочешь, чтобы тебя уважали и боялись - бей всех подряд".

В дошкольном возрасте инициаторами агрессии чаще становятся отдельные дети (обычно из вышеперечисленной группы). Она проявляется в виде отдельных вспышек ярости и гнева и обычно носит инструментальный характер - дети просто не умеют добиваться авторитета и популярности конструктивно.

В отличие от старших, маленькие легко вовлекают в свои конфликты взрослых - родителей, воспитателей, учителей. Они делятся с ними своими переживаниями и тайнами, часто просят вмешаться в споры и конфликты со сверстниками, иногда настойчиво требуют поддержки, а нередко даже доносят на приятелей и сибсов. Грамотные воспитатели, учителя и родители с заступничеством обычно не торопятся, а предлагают малышам попробовать разобраться самим. И это правильно, потому что решение проблем за ребенка взрослыми помешает его развитию: он не научится грамотно выходить из конфликтных ситуаций, справляться и со своей агрессией, и с агрессией, проявляемой другими в его адрес.

Младший школьный возраст.

В младшем школьном возрасте инициаторами агрессии являются уже не отдельные личности, а группировки ребят, агрессивное поведение становится все менее спорадическим и все более организованным. По мере приобретения навыков конструктивного общения меняется соотношение между инструментальной и враждебной агрессией в пользу

последней. Это происходит потому, что инструментальная агрессия постепенно сменяется конструктивными способами достижения цели, а враждебная деструктивность - желание причинить оппонентам вред и получить от этого удовольствие - остается неизменной.

Кроме того, дети все чаще стараются решать проблемы в своем кругу, не прибегая к помощи и заступничеству взрослых. Формирование группировок вообще заметно меняет агрессивное поведение школьников. Пребывание в группе дает им возможность испытать чувство комфорта и защищенности, повышения своих возможностей. Следствием этого бывают исчезновение страха наказания за проявление агрессии, обостренное желание утвердиться в роли полноправного участника событий, занять в группе достойное место. Поэтому жестокость, разрушительность и другие проявления враждебной деструктивности резко возрастают уже среди учащихся начальной школы.

Особо следует отметить, что для целого ряда детей с коммуникативными нарушениями (шизоидных, сензитивных, тревожных и пр.) группа может быть фантазийной. Не имея возможностей и навыков общения для того, чтобы влиться в реальную группу, они придумывают себе воображаемых товарищей. Это могут быть герои книг, мультипликационных и игровых фильмов, телесериалов и пр. (Шрек, "менты" и прочие "герои" нашего времени). Ребята с помощью идентификации стараются подражать поведению любимых героев. Это нередко диктует их агрессивное поведение, которое кажется окружающим не вполне адекватным, тем более что обычно такие дети замкнуты и своими фантазиями ни с кем не делятся. Вот почему весьма небезопасны некоторые наши фильмы и сериалы, прославляющие агрессивное братство ("Бригада", "Брат" и пр.).

Подростковый возраст.

Особое место занимает подростковая агрессивность. Как известно, некоторые ученые рассматривают период с 13 до 16 лет как сплошной многолетний возрастной кризис. В это время у взрослеющих юношей и девушек сталкиваются два соперничающих друг другу влечения: потребность в близости и принадлежности другому и стремление сохранить и утвердить собственную идентичность. У ребенка появляется ряд экзистенциальных переживаний: ощущение одиночества и оторванности от окружающих, утрата целостности мира, несоответствие своего реального Я идеалам (часто ложным). Кроме того, наступает время оборвать свою зависимость от родителей, сформировать свои взгляды и начать совершать самостоятельные поступки.

Это очень сложный момент в жизни семьи. И специалист должен разъяснять родителям, что, как бы им ни хотелось, чтобы ребенок оставался при них, наступает время, когда нужно потихоньку отдаляться от ребенка - конечно, не сразу и не резко. Взрослые должны понять, что подросток, для того чтобы обучиться науке коммуникативности, должен большую часть времени проводить среди сверстников. Среди реальных людей и в реальных ситуациях ребята учатся справляться с жизненными трудностями: решать психологические проблемы,

преодолевать страх, ревность, враждебность, формировать моральные представления, учиться конструктивно выяснять отношения. Для взрослеющего человека родители должны оставаться только добрыми советчиками, утешителями, надежным тылом. Подросток должен знать, что ему есть с кем разделить тревоги, обсудить сложные ситуации, спросить совета - но действовать он должен сам.

Современный подросток может реализовать свою агрессию двумя способами:

- проявлять открыто, получая тычки и жизненный опыт - следуя этим путем, он либо добивается авторитета, престижа и самореализации, либо ломается, спивается, наркотизируется, садится в тюрьму, кончает жизнь самоубийством;
- прятать и подавлять, становиться послушным пай-мальчиком (девочкой), но при этом утрачивать часть энергии, ничего особого в жизни не добиваясь. Подавленная энергия в этом случае будет прорываться наружу в виде либо невроза, либо психосоматического заболевания.

Интересно, что если в семье двое детей, особенно подростков одного пола, то один из них (чаще старший) идет по первому пути, другой - по второму.

Факторы, способствующие росту агрессивности у подростков:

1. Эндокринный взрыв, резкое нарастание половых гормонов, главным образом тестостерона у мальчиков, способствующего росту агрессивности.
2. Органические поражения головного мозга - травмы, арахноидиты, менингиты и т. п.
3. Отношение взрослых - школы и, главное, родителей.

Развитию подростковой агрессии родители способствуют двумя основными способами.

а) Эмоциональное отвержение.

Отцы чаще отвергают своих детей, особенно сыновей. Эти папаши страдают повышенной тревожностью, неуверенностью в себе и большими переживаниями по поводу своей маскулинности и сексуальных возможностей. Матери провоцируют развитие агрессивности подростков реже. Обычно это происходит, когда они либо считают, что дети выросли и должны решать свои проблемы самостоятельно, либо когда "переживают вторую молодость" и занимаются устройством своих личных дел.

б) Ужесточение контроля.

Родители (чаще мамы и бабушки), напуганные сообщениями о росте подростковой преступности, наркомании, разврате и пр., стремятся контролировать каждый шаг своего ребенка. Особенно достается при этом девочкам. Нормальные юноши и девушки, которым не дают превратиться в самостоятельную личность, превращаются в бунтарей. А поскольку ума и опыта для конструктивного бунта недостаточно, то молодые люди совершают асоциальные или вообще абсурдные поступки, алкоголизируются, наркотизируются и вообще творят именно то, чего так боятся заботливые мамы и бабушки. Кстати, интересно, что наказывают

агрессивных подростков чаще матери, чем отцы.

Конфликтую с родителями, молодежь обычно переносит свою агрессивность на лиц, архетипически им соответствующих, - учителей, врачей, психологов и других специалистов. Это важно учитывать всем профессионалам, к которым родители приводят своих детей, не имея уже возможности с ними справиться. Некоторые особо впечатлительные юноши и девушки распространяют этот перенос и на своих сверстников, поведение которых, по их мнению, сходно с поведением взрослых. А поскольку со временем все их сверстники взрослеют, то они сужают круг общения до более молодых ребят (тем более что проявлять свою агрессию среди них более безопасно).

Какие же дети вырастают агрессивными наиболее часто?

Мальчики:

А. "Кумиры семьи", выросшие без отцов в сплошном женском окружении (мамы, бабушки, тетушки, кузины и пр.). Примером может служить М. Ю. Лермонтов, который воспитывался бабушкой и ее окружением, большая часть которого была представлена женским полом.

Мальчик вырос великим поэтом, но при этом довольно возбудимым, упрямым и неуступчивым человеком, склонным к конфликтам. Во время одного из них он в запальчивости оскорбительно высказался о сестре Мартынова, что и спровоцировало роковую дуэль.

Б. Выросшие в семьях с жестким авторитарным отцом и мягкой, уступчивой, непоследовательной матерью. Используя механизм идентификации с отцом, подросток будет противостоять всем, в том числе и самому отцу. И если тот мальчишку не сломает, то он вырастет таким же жестким и авторитарным.

В качестве примера можно привести одного из вождей Октябрьского переворота, а позже и большевистского государства, известного под псевдонимом Сталина. Он рос в бедной семье, отец-алкоголик его постоянно бил и унижал. Поэтому сталинская агрессивность была завуалированной и изоощренной. Более открытой она стала только после его окончательного утверждения во власти с середины тридцатых годов, а особенно усилилась в последние годы его жизни, когда стал развиваться склероз, и появились психические нарушения в виде бреда преследования.

Девочки:

А. В семье с жесткой авторитарной матерью при мягком, уступчивом отце. Срабатывает механизм идентификации с матерью. Такой тип формирования хорошо отражен в целом ряде сказок. Яркие примеры - сестры главных героинь в "Золушке" и "Морозко". Родные матери девочек - женщины властные, самолюбивые, напористые до грубости. Мамаши находились в повторном браке за слабыми, вялыми, спокойными и уступчивыми мужчинами. Наблюдая за поведением матерей, девочки тоже приобрели черты агрессивности, грубости,

конфликтности, правда, к этому еще выросли лентяйками, неряхами и неумехами.

Б. Предоставленные сами себе и самостоятельно пробивающиеся в жизни, в этих случаях агрессивность служит механизмом выживания и обычно носит инструментальный характер. Классический пример - Пеппи-Длинный Чулок (вообще-то, Астрид Линдгрэн называла свою героиню Пиппи, но у нас при переводе сочли это имя неблагозвучным и слегка подправили). Матери у нее не было, примером мог служить лишь «шебутной, безбашенный» и напористый папа Эфраим, который ею интересовался мало и девочке пришлось приспособливаться к окружающему миру самой, используя отцовский пример и вырабатывая в себе активность и агрессивность.

Различия в проявлении агрессивности мальчиков и девочек

Считается, что мальчики более склонны к проявлениям агрессии, однако это не совсем так, просто агрессия у девушек выглядит несколько иначе. Как отмечает большинство ученых, сейчас разница в агрессивном поведении между девушками и юношами уменьшается.

Мальчиковая агрессия обычно проявляется более открыто, грубо, она менее управляема и контролировать ее ребята начинают позже, чем девушки. Кроме того, до сих пор сохраняется стереотипный взгляд общества на то, что девочкам не пристало проявлять свою агрессивность, и поэтому их гораздо раньше начинают учить сдерживать ее. Например, мальчику в ответ на жалобу о том, что его обидели, побили, говорят "пойди и дай сдачи", девочке же такой совет дается гораздо реже: обычно ей рекомендуют не связываться и отойти в сторону.

Еще одно отличие. Девочки более сензитивны и впечатлительны, грубое проявление агрессии обычно им претит. Поэтому они весьма рано заменяют физическую агрессию вербальной, а некоторые девочки приучаются камуфлировать агрессивность иронией и сарказмом. Это выглядит мягче, зато бьет сильнее.

Женский пол раньше обучается контролировать свою агрессивность, поэтому она рано становится у них избирательной, бьющей точно в цель. Девочки четко направляют свою агрессию в адрес конкретного человека, причем точно в его психологически уязвимое место. Девичья агрессивность нередко завуалирована и внешне менее эффективна, зато более эффективна. Мальчики контролируют свою агрессию плохо, она носит у них более генерализованный характер и щедро выплескивается на всех окружающих без разбора.

Особенно заметна разница между агрессивностью полов между десятью и четырнадцатью годами, когда девочки в своем психическом и физическом развитии уходят дальше мальчиков. Обладая лучшим контролем, девочки довольно часто "подставляют" ребят.

Эти же отличия характерны для проявления девочками агрессии в группе. В случаях групповых "разборок" девочки чаще бывают заводилами и подстрекательницами, чем

исполнительницами. Они предпочитают "завести" мальчишек, а затем на безопасном расстоянии смотреть, как они дерутся, да еще и подзаводят старающихся «дурачков».

Типы агрессии у детей и способы построения отношений.

1. Гиперактивно-агрессивный ребенок.

Двигательно расторможенным детям труднее быть дисциплинированными и послушными. Такие дети, воспитываясь в семье по типу "кумира" или в атмосфере вседозволенности, попадая в коллектив сверстников, могут становиться агрессивными. Необходимо грамотно выстраивать систему ограничений, используя в том числе и игровые ситуации с правилами. Стимулируйте умение у детей признавать собственные ошибки. Учите их не сваливать свою вину на других. Развивайте чувство эмпатии, сочувствия к другим, сверстникам, взрослому и живому миру.

2. Агрессивно-обидчивый и истощаемый ребенок.

Обидчивость ребенка может быть связана не только с недостатками в воспитании или трудностями обучения, но и с болезнью роста, особенностями созревания нервной системы и организма. Повышенная чувствительность, раздражительность, ранимость могут провоцировать агрессивное поведение. Помогите ребенку разрядить психическое напряжение, позовитесь вместе с ним в шумной игре, поколотите что-нибудь. И стремитесь избегать ситуаций перенапряжения, если ребенок почти всегда агрессивен.

3. Агрессивный ребенок с оппозиционно-вызывающим поведением.

Если ребенок часто грубит, но не всем, а только родителям, знакомым ему людям, то, наверное, в их взаимоотношениях с родителями что-то не так: они редко занимаются и общаются с ребенком; они уже не образец для подражания, как раньше; ребенку скучно, нечем заняться, и он переносит на родителей собственное настроение и проблемы, перекладывает ответственность за свое поведение. Попробуйте решать проблемы вместе с родителями, в сотрудничестве с ребенком, но не за него.

4. Агрессивно-боязливый ребенок.

Враждебность, подозрительность могут быть средством защиты ребенка от мнимой угрозы, "нападения". Работайте со страхами, моделируйте, т.е. создавайте опасную ситуацию и вместе с ребенком преодолевайте ее, при этом ситуация должна быть на грани приятного с неприятным с преобладанием приятного.

5. Агрессивно-бесчувственный ребенок.

Есть дети, у которых способность к эмоциональному отклику, сопереживанию, сочувствию к другим нарушена. Причины могут быть в неблагоприятных условиях семейного воспитания, нарушениях интеллектуального развития ребенка, а также в чертах эмоциональной холодности, черствости, уплощенности, повышенной аффективной (эмоциональной) возбудимости, которые передаются от родителей или близких ребенка.

Такой ребенок часто раздражается или, наоборот, равнодушен, толкается, дерется, говорит обидные слова, грубо обращается с животными, и при этом ему трудно понять, что другому, т.е. обиженному, плохо или больно.

Старайтесь стимулировать гуманные чувства у такого ребенка: жалейте, гладьте кошек и собак, ухаживайте за животными; обращайтесь внимание ребенка на грустное, подавленное состояние другого человека и стимулируйте желание помочь.

Если это не помогает, приучайте ребенка нести ответственность, - "отрабатывать" за свое агрессивное поведение ("А теперь иди извинись", - "погладь по голове", - "пожми руку", - "предложи игрушку обиженному тобой ребенку" и т.п.).

Способы преодоления агрессии (рекомендации специалистам и родителям)

Коррекция агрессивного поведения у детей

Рождаясь, ребенок имеет лишь два способа реагирования - это удовольствие и неудовольствие.

Когда ребенок сыт, у него ничего не болит, пеленки сухие - тогда он испытывает положительные эмоции, которые проявляются в виде улыбки, довольного гуления, спокойного и безмятежного сна.

Если же ребенок испытывает по какой-либо причине дискомфорт, то он свое недовольство проявляет плачем, криком, брыканием. С возрастом ребенок начинает проявлять свои протестные реакции в виде деструктивных действий, направленных на других людей (обидчиков) или ценные для них вещи.

Агрессивность в той или иной степени присуща каждому человеку, так как является инстинктивной формой поведения, основной целью которой является самозащита и выживание в мире. Но человек, в отличие от животных, с возрастом приучается трансформировать свои природные агрессивные инстинкты в социально приемлемые способы реагирования, т.е. у нормальных людей происходит социализация агрессии.

Те же люди, которые не научились контролировать свои агрессивные импульсы, испытывают сложности при общении с людьми. В более тяжелых случаях, когда агрессивное поведение становится противоправным, такие люди подвергаются уголовному наказанию и изолируются от общества в места не столь отдаленные.

Здесь важно сделать акцент на том, что взрослым ни в коем случае нельзя подавлять агрессию в своих детях, так как агрессия - это необходимое и естественное для человека чувство. Запрет или силовое подавление агрессивных импульсов ребенка очень часто может привести к аутоагрессии (т.е. вред будет наноситься самому себе) или перейти в

психосоматическое расстройство.

Педагогам и родителям важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.

Можно выделить **три основных источника деструктивного поведения:**

1. чувства **страха, недоверия** к окружающему миру, угрожающие безопасности ребенка;
2. столкновение ребенка с невыполнением его желаний, **запретами** на удовлетворение определенных потребностей;
3. отстаивание своей личности, территории, **обретение независимости и самостоятельности.**

К первому году жизни у ребенка формируется либо базовое чувства доверия к окружающему миру и людям, ощущение безопасности, либо недоверия, страха и тревоги.

На формирования отношения к миру влияет много причин. В первую очередь, это душевное состояние матери в период беременности и после родов. Представим простой пример: ребенок появляется на свет в тот момент, когда его мать переживает личную драму, находится в тревоге за свое, а, следовательно, и его будущее, испытывает отчаяние и тоску. Малыш, для которого еще нет разделения на я и не-я, наполняется теми же чувствами, и его первый опыт взаимодействия с окружающим говорит ему о том, что здесь не так уж безопасно, здесь много боли и непредсказуемости, любой может нанести вред.

В будущем это перерастает в недоверие ко всем и ко всему, для него теперь любое проявление извне может означать нападение. Страх и тревога, которые ребенок испытывает при контакте с другими, ведут к тому, что любой сигнал истолковывается им как осуществление его самых худших опасений. Агрессивные вспышки у таких детей выглядят очень неожиданными и непонятными.

Также на формирование отношения к миру оказывает влияние проявление родителями безусловной любви к своему ребенку, либо отсутствие таковой. Если родители проявляли искреннюю любовь к своему чаду в любой ситуации, если ребенок понимал, что, не смотря ни на что, его любят, то у него возникало чувство доверия к окружающим.

Если же ребенок убеждается в том, что его не любят, или даже ненавидят, то он решает, что хуже уже и быть не может и поэтому становится способным на все. Ему не нужно переживать, что он может потерять объект любви. Зачем ему тот, кто его не любит? Он может ожесточиться, может начать мстить. На этом построены многие триллеры о маньяках-убийцах, где, копаясь в его прошлом, обнаруживают забитого, презираемого, униженного ребенка.

Травмирующее влияние на психику детей оказывают также ссоры взрослых между собой. Когда папа и мама изо дня в день ссорятся, у ребёнка возникает ощущение приближающейся

катастрофы. Несмотря на то, что в семье стараются избегать открытых скандалов, и ссоры происходят "за закрытой дверью", маленький человечек все равно чувствует напряженную атмосферу. И это неудивительно, ведь окружающие малыша взрослые - это его мир, единый и неделимый, такой же, каким был мамин уютный животик. Поэтому любая конфликтная ситуация воспринимается ребенком как угроза для него самого.

Вторая причина агрессивности связана с тем, что взрослые вынуждены в некоторых ситуациях запрещать ребенку вести себя определенным образом или с тем, что не всегда родители могут или хотят удовлетворять бесконечные желания своих детей. Здесь родителям важно учитывать два момента.

Во-первых, они должны научиться грамотно устанавливать запреты и, в случае необходимости, применять наказания. И, во-вторых, важно помнить, что главной потребностью любого ребенка является необходимость чувствовать, что его любят и ценят.

Если ребенок начинает испытывать сомнения по этому поводу, то он будет стараться всячески подкрепить свое чувство ненужности. Поэтому постоянное нытье детей купит им что-нибудь часто является провокацией с их стороны. При этом отказ в желаемом ребенок сразу же трактует так, что его никто не любит, и он никому не нужен. При этом он, конечно, страшно злится. Ведь ребенок любит искренне и не желает допускать, что его любовь безответная.

С другой стороны, проблему не решает и выполнение любой прихоти вашего чада, ведь его сомнения могут появляться снова и снова, например, когда он столкнется с невниманием к его переживаниям. Чтобы не допускать такого искаженного взаимодействия, стоит искренне говорить ребенку о том, что вы его любите.

Третья причина - это установление личных границ. Ребенок рождается полностью зависимым от своих родителей, и его основная задача на протяжении всей жизни - это обретение независимости (в первую очередь, от родителей) и самостоятельности. Очень часто этот процесс происходит очень болезненно для обеих сторон и может иметь печальные последствия. Родителям важно понимать, что их дети - это не их частная собственность, и они им не принадлежат. Ребенок призван стать равноправным и равноценным человеческим существом. Есть наиболее важные периоды, когда ребенок решает эту задачу: это 3 года, начало школьной жизни и подростковый период.

В эти периоды дети особенно остро реагируют на внедрение в их жизнь, что находит свое выражение в протестных реакциях. Мудрые родители должны это учитывать и предоставить ребенку разумную свободу и независимость.

Но в тоже время дети не должны ощущать себя заброшенными, ребенок должен чувствовать, что родители готовы всегда, в случае необходимости, оказать поддержку и помощь.

Также желательно, чтобы у ребенка была своя комната (или хотя бы уголок). Он должен знать, что его границы уважают и не нарушают без его ведома.

В зависимости от причины и типа агрессии специалист разрабатывает коррекционно-развивающую программу для ребёнка, ведёт активную работу с педагогами и особенно, родителями. Средствами коррекции агрессии являются классические методы по различным направлениям психотерапии (сказко-, арт-, музыкотерапия, рациональная терапия и т.п.). Главная задача психологической коррекции выработать новый более продуктивный и позитивный стереотип поведения. Огромная роль принадлежит также родителям, которые должны в различных условиях жизни закреплять полученные ребёнком навыки и выполнять рекомендации психолога.

Сразу отметим, что агрессивность как свойство личности ребенка или взрослого следует отличать от "доброкачественной" агрессии, возникающей в ситуации опасности и исчезающей, когда человеку ничто не угрожает. Такая ситуативная агрессия имеет совершенно нормальный защитный характер, и вряд ли стоит корректировать ее в поведении ребенка. В этом случае имеет смысл просто научить его адекватным и принятым в обществе способам проявления агрессивных чувств. Говоря же об истинной ("злокачественной") агрессивности, мы имеем в виду устойчивые свойства личности, которые выражаются в повышенной готовности к агрессии. Внешние проявления агрессивности могут несколько различаться в разные возрастные периоды.

Так, у **дошкольников и младших школьников критериями агрессивности** являются такие характеристики:

- часто теряют контроль над собой;
- часто спорят и ссорятся с окружающими;
- отказываются выполнять просьбы взрослых;
- могут намеренно вызывать у других чувство злости и раздражения;
- склонны винить других в своих ошибках и неудачах (могут вымещать свой гнев и на неодушевленных вещах);
- часто испытывают чувства злости, гнева и зависти;
- не способны забыть об обиде, не отплатив;
- мнительны и раздражительны.

У **детей среднего школьного возраста и подростков агрессивность может проявляться** следующим образом:

- часто угрожают другим людям (словами, жестами, взглядом);
- периодически выступают инициаторами драк (могут использовать ранящие предметы);
- не испытывают сострадания, проявляют жестокость к людям и животным, намеренно могут сделать им больно (словом или физически);

- неразборчивы в средствах достижения своих целей (например, могут применять в качестве мести воровство, порчу личных вещей обидчика и т. п.);
- не считаются с мнением родителей, их запретами и ограничениями (вплоть до побега из дома);
- имеют трудности в отношениях с учителями, открыто конфликтуют или прогуливают уроки.

Если вы считаете, что для ребенка характерны хотя бы половина из описанных проявлений агрессивности, соответствующих его возрасту, причем проявляются они не менее чем в течение полугода, то значит, что ребенок действительно обладает агрессивностью уже как качеством личности. Думаящему родителю или педагогически грамотному воспитателю, психологу лучше потратить время и силы на анализ сложившейся ситуации и поиск путей помощи самому ребенку.

Выше мы описали внешние подкрепления агрессивности, теперь мы можем перейти к ее **внутренним причинам**. Здесь главной является очень простая мысль: человек, у которого все хорошо, не ведет себя агрессивно. То есть агрессивность - это внешнее проявление прежде всего внутреннего дискомфорта. Как правило, агрессивным детям свойственна высокая тревожность, ощущение отверженности себя, несправедливости окружающего мира и неадекватная самооценка (чаще всего заниженная). Бурные протестные и злобные реакции маленького "агрессора" являются его способом привлечения внимания окружающих к своим проблемам, невозможности справиться с ними в одиночку.

Так что первое, что требуется от вас, как от взрослого, пытающегося помочь агрессивному ребенку, это искренняя симпатия, принятие его как личности, интерес к его внутреннему миру, понимание чувств и мотивов поведения. Постарайтесь акцентировать внимание на достоинствах ребенка и его успехах в преодолении трудностей (как внешних, так и внутренних), учите его тому же. Словом, попытайтесь сделать все возможное, чтобы вернуть мальчику или девочке самоуважение и позитивную самооценку.

Во-вторых, необходимо вести **специальную терпеливую и систематическую работу в четырех направлениях:**

- работать с гневом - обучать ребенка общепринятым и безопасным для окружающих способам выражения своего гнева;
- обучать самоконтролю - вырабатывать у ребенка навыки владения собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева или тревожность;
- работать с чувствами - учить осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, формировать способность к сопереживанию, сочувствию, доверию окружающим;
- прививать конструктивные навыки общения - обучать адекватным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, способам выхода из конфликта.

Реализовать эти коррекционные направления вам помогут игры и игровые приемы, описанные ниже.

Работа с гневом

В нашем обществе принято считать, что воспитанный человек не должен проявлять свой гнев. Однако если мы каждый раз сдерживаем эту эмоцию и не даем ей выхода ни в какой форме, то мы превращаемся в "копилку гнева", а это уже сродни бомбе замедленного действия. Когда ваша копилка будет полна, то "излишки" гнева выльются либо на случайно подвернувшегося под руку человека, либо истерикой и слезами, либо начнут "откладываться" в самом человеке, приводя к различным проблемам со здоровьем.

Надеюсь, что вы убедились в том, что от гнева нужно освобождаться. Конечно, это не значит, что каждый раз нужно "идти врукопашную". Это можно сделать и менее разрушительными способами, описанными ниже. Кстати, они будут полезны не только детям, но и взрослым. Так что их можно осваивать и применять даже родителям по мере необходимости в своей жизни, тем самым показывая пример детям.

"Недружеский шарж"

Этот игровой прием поможет ребенку более достойно выйти из ситуации, когда он сильно рассержен и "выливает" свои чувства на того, кто его обидел, крича, обзываясь, толкаясь и т. п. Постарайтесь увести ребенка в другое место, чтобы он не видел того, кто его так разозлил. Теперь можно предложить ему нарисовать карикатуру на этого человека. Лучше всего для начала показать образец, какой может быть карикатура, чем она отличается от обычного портрета. Когда ребенок поймет, что не нужно стараться изобразить оригинал в точности, а, напротив, можно исказить яркие черты или просто нарисовать человека таким, каким видит в данный момент, дайте ему бумагу и карандаши.

В процессе рисования постарайтесь не одергивать ребенка и не смягчать то, что он рисует и что он при этом говорит. Просто будьте рядом и не осуждайте. Вы также можете показать ребенку, что понимаете его чувства (несмотря на то, что не согласны с тем, что обидчик действительно заслуживает всех ругательных слов, которые при рисовании говорятся в его адрес). Для этого вы можете отразить его чувства словами типа: "Я вижу, ты сильно разозлился на Колю" или "Действительно очень обидно, когда тебя не понимают и подозревают" и т. п.

Когда рисунок будет закончен, предложите ребенку подписать его так, как ему хочется. Затем спросите его о том, как он себя сейчас чувствует и что ему хочется сделать с этим "недружеским шаржем" (пусть ребенок совершит это в действительности).

Примечание. Когда вы будете проводить этот игровой прием, не смущайтесь "негуманностью" и "некультурностью" происходящего. Помните, что это всего лишь игра, и чем больше негативных эмоций в ней сумеет выплеснуть ребенок, тем меньше

разрушительных действий ему захочется совершить в общении с реальным человеком. Напротив, порадитесь сами и выразите гордость за успехи ребенка, если он смог таким образом избежать драки или крупной ссоры.

"Мешочек криков"

Как известно, детям очень непросто справляться со своими отрицательными чувствами, ведь те так и стремятся прорваться наружу в форме криков и визгов. Конечно, это не вызывает одобрения у взрослых. Однако если эмоции очень сильны, то неправильно сразу требовать от детей спокойного анализа и поиска конструктивных решений. Сначала нужно дать им возможность немного успокоиться, выплеснуть негатив приемлемым способом.

Так, если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться "мешочком криков". Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее. Примечание. Так называемый "мешочек криков" вы можете изготовить из любого тканевого мешочка, желательно пришить к нему завязочки, чтобы иметь возможность "закрыть" все "кричалки" на время нормального разговора. Получившийся мешочек должен храниться в определенном месте и не использоваться с другими целями. Если под рукой не оказалось мешочка, то можно его переделать в "баночку криков" или даже "кастрюлю криков", желательно с крышкой. Однако использовать их позднее для мирных целей, например для приготовления еды, будет крайне нежелательно.

"Листок гнева"

Вы наверняка уже встречались с печатными вариантами такого листа, на котором изображено какое-нибудь чудовище в приступе гнева или вообще-то доброе существо, типа утки, которая пытается в гнев молотком разбить компьютер. Зрительный образ гнева сопровождается такой инструкцией по применению: "В случае припадка ярости скомкать и швырнуть в угол!"

Однако это способ поведения скорее взрослых, детям же просто один раз швырнуть скомканную бумагу в угол обычно недостаточно. Поэтому им стоит предложить разные способы выражения своих негативных эмоций: можно комкать, рвать, кусать, топтать, пинать листок гнева до тех пор, пока ребенок не почувствует, что это чувство уменьшилось и теперь он легко с ним справится. После этого попросите мальчика или девочку окончательно справиться со своим гневом, собрав все кусочки "гневного листа" и выбросив их в мусорку. Как правило, в процессе работы дети перестают злиться и эта игра начинает их веселить, так

что заканчивают ее обычно в хорошем настроении.

Примечание. "Листок гнева" можно изготовить самим. Если это будет делать сам ребенок, то получится даже двойная проработка его эмоционального состояния. Итак, предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге (с маленькими детьми нужно сразу переходить к рисованию, так как им еще сложно изобразить образ словами, что может вызвать дополнительное раздражение). Далее для расправы с гневом (как описывалось выше) все способы хороши!

Подушка для пинаний

Этот игровой способ справиться с гневом особенно необходим тем детям, которые, разозлясь, склонны реагировать прежде всего физически (сразу дерутся, толкаются, отнимают, а не кричат и не обзываются, не пытаются отомстить позже за свое бездействие сейчас). Заведите такому ребенку дома (а можно сделать второй вариант и для детского сада или школы) подушку для пинаний. Пусть это будет небольшая подушка темного цвета, которую ребенок сможет пинать, бросать и колотить, когда почувствует себя сильно рассерженным. После того как ему удастся выпустить пар таким безобидным способом, можно перейти к другим средствам решения проблемной ситуации.

Примечание. Аналогами подушки могут стать надувной резиновый молоток, которым можно бить по стенам и по полу, или боксерская груша, которая поможет избавиться от накопившегося гнева не только детям, но и взрослым.

"Рубка дров"

Эту игру особенно хорошо проводить после того, как ребенок долго занимался сидячей работой. Она поможет избавиться от физического и эмоционального напряжения, истратить накопившиеся негативные чувства и получить заряд бодрости.

Поинтересуйтесь у ребенка, знает ли он, как нужно рубить дрова. Как нужно держать топор? В какой позе удобнее стоять? Куда обычно кладут бревно? Чтобы у вас обоих возникла завершенная картина этой физической работы, попросите ребенка изобразить, как происходит сам процесс. Позаботьтесь о том, чтобы вокруг было достаточно свободного места. Пусть ваш маленький дровосек рубит дрова, не жалея сил. Посоветуйте ему выше заносить воображаемый топор над головой и резко опускать на воображаемое бревно.

Полезно издавать при этом вместе с выдохом какие-то звуки, например, говорить "Ха!".

Примечание. Тем ребятам, которые нуждаются в большей правдоподобности этого занятия, можно сделать бумажную замену топора, например, плотно свернутый рулон из бумаги или газеты.

Если же вы находитесь на природе, то можно помочь ребенку, выразить свой гнев и

прийти в спокойное состояние, используя свойства воды, глины и песка.

Так, когда ребенок лепит фигурку обидчика из глины, он испытывает ощущение контроля ситуации: он может ее создать, сплющить, растоптать и, при желании, снова восстановить. Кстати, эти приемы можно применять и в домашних условиях, используя пластилин.

Игры с песком также привлекательны для детей своей "обратимостью". Можно глубоко закопать фигурку, символизирующую обидчика или гнев самого ребенка, попрыгать сверху, полить водой, наложить камней, а когда гнев утихнет, ее снова можно откопать, почистить и использовать в других играх.

Кроме того, работа с сыпучим песком и податливой глиной сама по себе успокаивает ребенка, он больше сосредоточивается на своих тактильных ощущениях, переключается с одних внешних раздражителей на другие.

Также хорошо использовать воду для снятия напряженности и агрессивности детей. Кроме отлично действующего в этом случае плавания, можно применять игры с водой. Например, устроить гонки кораблей. Каждый участник должен подгонять свой корабль, дун на него из трубочки и не дотрагиваясь руками. Можно придумать что-то вроде водного бильярда, сбивая плавающие пластмассовые или резиновые шарики с помощью других шаров. Также хороши варианты "водной войны", например обливания из брызгалок, сбивание плавающих кораблей противника струей воды и т. п. Словом, любые интересные занятия с водой годятся для снижения агрессивности, недаром "ушат холодной воды" издревле считался эффективным способом усмирения разбушевавшихся взрослых. Но при работе с детьми во все "водные процедуры" лучше внести элемент игры.

Обучение самоконтролю

Для того чтобы помочь ребенку овладеть навыками самоконтроля, вы должны прежде всего научить его осознавать и понимать свои чувства, оценивать ситуацию общения и прогнозировать варианты ее развития. Это непростая задача, так как агрессивные дети привыкли действовать импульсивно. Поэтому любой отсроченный во времени и обдуманый вариант поведения можно считать определенным достижением. Для выработки такого умения сдерживать сиюминутные импульсы вы можете использовать следующие игровые приемы.

"Сигналы гнева"

В эту игру (в полном объеме) вы будете играть с ребенком только один раз, в дальнейшем используя ее сокращенный вариант. Она направлена на осознание ребенком своего гнева через телесные ощущения.

Пусть ребенок вспомнит какую-нибудь ситуацию, в которой он очень сильно злился, готов был убить обидчика. Спросите его, как его гнев давал о себе знать до драки? Возможно,

этот вопрос поставит ребенка в тупик, тогда помогите ему, объяснив, что все чувства так или иначе влияют на наше тело. Когда человек обижен и злится, он может ощущать, как сжимаются его кулаки, кровь приливает к лицу, комок подступает к горлу, становится трудно дышать, напрягаются мышцы лица, живота и т. п. Это и есть сигналы гнева. Он предупреждает нас о своем росте. Если мы игнорируем эти предупредительные знаки, то в какой-то неожиданный для нас момент он резко выплескивается наружу в виде действий, за которые потом может быть стыдно. Если же мы вовремя заметим его сигналы, то мы сможем управлять этим сильным чувством (а не наоборот, как это случается с ребенком, когда гнев управляет им).

После того как будет проведена эта разъяснительная работа и выявлены сигналы гнева, свойственные именно вашему ребенку, постарайтесь сделать эту игру актуальной. Как только вы заметите, что ребенок начинает сердиться, спросите его, какие сигналы ему подает чувство. Соответственно, какое это чувство? Что оно может заставить тебя сделать? Какие это будет иметь последствия? Пока все это еще не началось и ты уловил сигнал вовремя, что можно сделать, чтобы избежать неприятностей? Обсудите с ребенком конкретные способы выхода из конкретной ситуации. Например, можно было встать и уйти или промолчать, а не поддаваться на явную провокацию, чтобы не доставлять радости ожидающим этого, и т. п.

Примечание. Чтобы эта игра принесла результаты, ее нужно проводить систематически, причем она требует от самих взрослых внимательности и чуткости, а также находчивости в принятии возможных способов решений различных проблем.

"Гнев на сцене"

Этот игровой коррекционный прием основан на зрительном представлении образа своего негативного чувства.

Когда ребенок злится (или только что испытал злость), предложите ему представить, как выглядел бы его гнев на сцене театра. В образе кого выступал бы актер, играющий гнев, - монстра, человека, животного, а может быть, бесформенного пятна? Какого цвета был бы его костюм? Каким он был бы на ощупь - горячим или холодным, шершавым или гладким? Чем бы он пах? Каким голосом говорил бы? Какими интонациями? Как бы он двигался по сцене?

При желании ребенок может нарисовать образ своего гнева, а еще лучше, войти в роль этого актера и изобразить гнев "от первого лица", выразительно двигаясь за него и произнося реплики, которые ему хочется в данный момент произнести, и с такой громкостью и интонациями, как считает нужным.

Спросите ребенка, с чего начиналось бы выступление гнева? Как развивалось бы? Чем оно должно закончиться? Пусть он покажет вам весь спектакль.

Позитивным моментом в этой игре является возможность совмещения ребенком ролей режиссера и актера, играющего гнев, то есть, получая возможность выплеснуть гнев, он в то

же время имеет возможность руководить им и в конце концов "убрать" его со сцены.

Примечание. Для ребят постарше задание можно усложнить, попросив их придумать, как вел бы себя гнев на сцене, если бы он был гневом человека из первобытного общества, из рыцарского ордена, из современного цивилизованного мира. Тем самым вы натолкнете ребенка на мысль, что чувство гнева существовало всегда, но нормы его выражения в разные исторические времена и в разных обществах существенно отличаются.

"Посчитал до десяти я и решил..."

По сути, это правило, которого должен придерживаться ребенок, когда чувствует свою готовность действовать агрессивно. Он ни в коем случае не должен принимать никакого решения сразу, а вместо этого попробовать спокойно посчитать до десяти, успокаивая свое дыхание и стараясь расслабиться. Только после этого он может принять решение, как ему действовать в данной ситуации. Обсудите с ребёнком, как изменились его (ее) мысли и желания после "успокоительного" счета. Какое решение будет более эффективным, а какое повлечет за собой еще большие трудности? Помогите ребенку освоить такой "взрослый" стиль мышления, который он позже сможет использовать самостоятельно.

Помимо всех вышеописанных игр для обучения самоконтролю полезно научить ребенка расслабляться, так как у агрессивных детей отмечается высокий уровень мышечного напряжения. С этой целью вы можете использовать дыхательные упражнения, а также релаксационные игры.

Как помочь ребенку научиться справляться с естественными агрессивными импульсами, не доводя их до возникновения серьезной проблемы?

Важно, чтобы в семье были четкие правила и одинаковые требования к ребенку у всех окружающих его взрослых. Тогда у ребенка будет меньше шансов манипулировать своей агрессивностью, он не сможет сказать, что: "Мама плохая, потому что не дает смотреть телевизор, а папа хороший, потому что разрешает".

Для обучения контролю над своим поведением очень полезны любые игры с правилами. Ведь играть интересно, а игра проходит комфортно и весело именно тогда, когда все соблюдают правила. Если правила нарушаются, то игра разрушается.

Ролевые игры применительно к данной теме – это возможность побыть в роли агрессора и его жертвы. Обмениваясь с ребенком ролями в такой игре, взрослый может показать ему последствия агрессивного поведения и научить способам нового реагирования в различных ситуациях.

Очень полезны в данном случае игры "в войну" - применительно к мальчикам, в героев мультфильмов и сказок, героически преодолевающих трудности, стремящихся к какой-либо

возвышенной цели. Также будет очень полезно, если вы будете постоянно объяснять ребенку причины поведения животных, встреченных вами на прогулке: например, собака погналась за кошкой. В этом случае вы можете сказать малышу, что между кошками и собаками существует давнее соперничество, потому что и тот, и другой вид очень любит человека и хочет жить рядом с ним, следовательно, кошки и собаки отчаянно ревнуют друг друга.

Дома можно поиграть в кошку, убегающую от собаки, - излишне говорить, что все в этой игре должно хорошо заканчиваться!

Существует также множество детских стишков, коротких сказок, к примеру, о том, как мышка обманула кошку и убежала от нее, как три поросенка расправились с волком. Играйте в Красную Шапочку, в Ивана-царевича и Косяка Бессмертного. Пусть при этом ребенок покажет, как он "героически" расправится с негодяем, как одолеет всех вокруг, потому что он – храбрый и сильный. Все это поможет вам направить его агрессию в "мирное русло". И не бойтесь того, чтобы ребенок играл в различные "военные игрушки": танки, оружие и т.д. – это великолепный способ регулирования детской агрессии.

Взрослые должны быть рядом с ребенком, когда он осваивает навыки общения (например, приходит в новый коллектив). Поддерживайте его в обучении новым, разнообразным способам контактов с детьми и взрослыми. Иногда ребенку надо подсказать, какими разными способами можно вести себя в данной ситуации и какими могут быть последствия.

Подкрепляйте желаемое поведение ребенка своим вниманием и позитивным отношением. Часто педагоги или родители эмоционально реагируют на недостатки ребенка, а достоинства никак не выделяют. Отмечайте любые, даже самые крохотные достижения ребенка.

И самое главное – ваш пример в конфликтных ситуациях. У дошкольников сильно развито подражание, они копируют поведение взрослых и друг друга. Это один из способов освоения ребенком этого мира. Банально звучит, но если родители не научились справляться со своей агрессией, им нечему научить своих детей. Поэтому если у ребенка возникают проблемы с агрессивным поведением, подумайте: а как вы сами обращаетесь со своими чувствами злости и гнева?

Возможные действия родителей

Родители или бабушки иногда говорят ребенку: "Ты дерешься, значит, ты плохой мальчик. Вот Алеша никогда не дерется, он хороший мальчик". Как много в этой фразе неправды и болезненных для ребенка посланий! Давайте разберемся. Во-первых, все дети иногда дерутся, это нормально и естественно. Они еще не умеют контролировать свою злость. Во-вторых, наши дети всегда хорошие, всегда нами любимы, это их поступки могут нам не нравиться, а не они сами. В-третьих, "если соседский Алеша – хороший мальчик, а я – плохой, значит, мои родители любят его, а меня не любят". Представляете, как это больно для

маленького ребенка, ведь для него родители самые главные в этом мире люди и их одобрение и поддержка – самые важные и долгожданные? Ребёнок-дошкольник на все готов ради родительской любви.

Не стоит говорить детям, что где-то живут хорошие мальчики и девочки, которые никогда не злятся. Дети не должны винить себя за свою естественную агрессивность. Когда маленький ребенок агрессивен, он сам плохо понимает, что с ним происходит. Объясните ему. Например: "Ты сейчас очень злишься на меня, потому что я запретила тебе смотреть мультики". Или: "Ты сердишься на Машу, потому что она без разрешения взяла твою куклу".

Покажите ребенку, что вы его понимаете: "На твоём месте я бы тоже злилась". Или: "Конечно, ты можешь быть недоволен".

Главное – дайте понять ребенку, что вам не нравится его поведение, а не он сам. Например: "Я очень огорчена тем, что ты не убрал игрушки, как мы с тобой договаривались, и теперь мне не нравится, что ты их раскидываешь еще сильнее из-за того, что злишься". Или: "Мне тоже не нравится, когда мои вещи берут без разрешения".

Дайте ребенку возможность отреагировать свою агрессию, предложите ему новые способы для этого, например, вместо раскидывания игрушек и драки предложите потопать ногами или покричать. Только после этого напомните ему о существующих правилах и договорах, которые нарушил он сам или окружающие. Обязательно разберитесь, кто и в чем был прав, а кто и в чем – нет (соответственно этим правилам). Предложите ребенку новые способы разрешения ситуации, помогите ему в этом.

Экстренное вмешательство при агрессивных проявлениях.

В ряде случаев при проявлениях детской или подростковой агрессии требуется срочное вмешательство взрослых. Экстренное вмешательство нацелено на уменьшение или избегание агрессивного поведения в напряженных, конфликтных ситуациях. Для более конструктивного воздействия на агрессивные реакции детей и подростков разработаны специальные рекомендации для педагогов и родителей, но их знание не повредит и психологам.

Следующие правила экстренного вмешательства позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов.

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.

В тех случаях, когда агрессия детей и подростков не опасна и объяснима, можно использовать следующие позитивные стратегии:

- полное игнорирование реакций ребенка/подростка - весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- выражение понимания чувств ребенка ("Конечно, тебе обидно...");
- переключение внимания, предложение какого-либо задания ("Помоги мне, пожалуйста,

достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня");

- позитивное обозначение поведения ("Ты злишься потому, что ты устал").

Так как агрессия естественна для людей, то адекватная и неопасная агрессивная реакция часто не требует вмешательства со стороны. Дети нередко используют агрессию просто для привлечения к ним внимания. Если ребенок/подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Проводить четкую границу между поступком и личностью позволяет техника объективного описания поведения. После того как ребенок успокоится, целесообразно обсудить с ним его поведение. Следует описать, как он вел себя во время проявления агрессии, какие слова говорил, какие действия совершал, не давая при этом никакой оценки. Критические высказывания, особенно эмоциональные, вызывают раздражение и протест, и уводят от решения проблемы.

Анализируя поведение ребенка, важно ограничиться обсуждением конкретных фактов, только того, что произошло "здесь и сейчас", не припоминая прошлых поступков. Иначе у ребенка возникнет чувство обиды, и он будет не в состоянии критично оценить свое поведение. Вместо распространенного, но неэффективного "чтения морали", лучше показать ему негативные последствия его поведения, убедительно продемонстрировав, что агрессия больше всего вредит ему самому. Очень важно также указать на возможные конструктивные способы поведения в конфликтной ситуации.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

- констатация факта ("ты ведешь себя агрессивно");

- констатирующий вопрос ("ты злишься?");

- раскрытие мотивов агрессивного поведения ("Ты хочешь меня обидеть?", "Ты хочешь продемонстрировать силу?");

- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению ("Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне", "Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит");

- апелляция к правилам ("Мы же с тобой договаривались!").

Давая обратную связь агрессивному поведению ребенка/подростка, взрослый человек должен проявить, по меньшей мере, три качества: заинтересованность, доброжелательность и твердость. Последняя касается только конкретного проступка, ребенок/подросток должен понять, что родители любят его, но против того, как он себя ведет.

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Родителям и специалистам необходимо очень тщательно контролировать свои негативные эмоции в ситуации взаимодействия с агрессивными детьми. Когда ребенок или подросток демонстрирует агрессивное поведение, это вызывает сильные отрицательные эмоции - раздражение, гнев, возмущение, страх или беспомощность. Взрослым нужно признать нормальность и естественность этих негативных переживаний, понять характер, силу и длительность возоблававших над ними чувств.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти ("Учитель здесь пока еще я", "Будет так, как я скажу");
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор "сквозь зубы";
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, "чтение морали",
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: "Вы все одинаковые", "Ты, как всегда...", "Ты никогда не...";
- сравнение ребенка с другими детьми - не в его пользу;
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

5. Обсуждение проступка.

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого маленького агрессора.

6. Сохранение положительной репутации ребенка.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение и негативная оценка. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения. И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны: закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину подростка ("Ты не важно себя чувствуешь", "Ты не хотел его обидеть"), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

7. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Важное условие воспитания "контролируемой агрессии" у ребенка - демонстрация моделей неагрессивного поведения. При проявлениях агрессии обе стороны теряют самообладание, возникает дилемма - бороться за свою власть или разрешить ситуацию мирным способом. Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (*нерефлексивное слушание* - это слушание без анализа

(рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться. Оно состоит в умении внимательно молчать. Здесь важны оба слова. Молчать - так как собеседнику хочется, чтобы его услышали, и меньше всего интересуют наши замечания; внимательно - иначе человек обидится и общение прервется или превратится в конфликт. Все, что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился.);

- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

Дети довольно быстро перенимают неагрессивные модели поведения. Главное условие - искренность взрослого, соответствие его невербальных реакций словам.

Рекомендации родителям «Как нужно вести себя в случае проявления агрессивного поведения ребёнка»

Теперь нужно сказать несколько слов о том, **как нужно вести себя родителям в случае проявления их детьми агрессивного поведения или чтобы подобное нежелательное поведение предотвратить**

1. Во-первых, требуется проявление со стороны родителей безусловной любви к ребенку в любой ситуации. Нельзя допускать высказываний, наподобие следующих: "если ты себя так поведешь..., то мама с папой тебя больше любить не будут!". Нельзя оскорблять ребенка, обзывать его. Проявлять недовольство надо именно действием, поступком, принимая личность ребенка в целом. Если ребенок просит вас поиграть с ним, уделить ему внимание, а вы в данный момент не можете этого сделать, то не отмахивайтесь от ребёнка, тем более, не раздражайтесь на него за назойливость. Лучше покажите ему, что вы понимаете его просьбу и объясните, почему в данный момент вы ее выполнить не можете: "Ты хочешь, чтобы я почитала тебе книжку? Малыш, мама тебя очень сильно любит, но я так устала на работе. Пожалуйста, поиграй сегодня один".

И еще один важный момент - не надо откупаться от ребенка дорогими игрушками, подарками и т.п. Для него гораздо важнее и нужнее ваше непосредственное внимание.

2. Родители, если не хотят, чтобы их дети были драчунами и забияками, сами должны контролировать собственные агрессивные импульсы. Надо всегда помнить, что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей).

3. Ни в коем случае нельзя подавлять проявление агрессии ребенком, иначе подавленные агрессивные импульсы могут нанести серьезный вред его здоровью. Научите его выражать свои враждебные чувства социально приемлемым способом: словом или в

рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих, в спорте.

Перевод чувств ребенка из действия в слова позволит ему узнать то, что о них можно говорить, а не обязательно сразу давать в глаз. Также ребенок постепенно освоит язык своих чувств и ему проще будет вам сказать, что он обижен, расстроен, зол и т.д., а не пытаться привлечь ваше внимание своим "ужасным" поведением.

Единственно, чем при этом нельзя злоупотреблять, так это уверенностью в том, что взрослый человек лучше знает, что испытывает маленький. Взрослый может лишь предполагать, основываясь на своем опыте, на самонаблюдении, на наблюдении над окружающими, что означает поведение ребенка. Ребенок должен быть активным рассказчиком о своем внутреннем мире, взрослый лишь задает такую возможность и предоставляет средства.

4. Если ребенок капризничает, злится, кричит, бросается на вас с кулаками - обнимите его, прижмите к себе. Постепенно он успокоится, придет в себя. Со временем ему будет требоваться все меньше времени, чтобы уgomониться.

Кроме того, такие объятия выполняют несколько важных функций: для ребенка это означает, что вы способны выдержать его агрессию, а, следовательно, его агрессия может быть сдержана и он не разрушит то, что любит; ребенок постепенно усваивает сдерживающую способность и может сделать ее внутренней и таким образом контролировать свою агрессию сам.

Позже, когда он успокоится, вы можете поговорить с ним о его чувствах. Но ни в коем случае не стоит читать нравоучения при таком разговоре, просто дайте понять, что готовы его выслушать, когда ему плохо.

5. Уважайте личность в ребенке, считайтесь с его мнением, воспринимайте всерьез его чувства. Предоставляйте ему достаточную свободу и независимость, за которую ребенок будет сам нести ответственность. В тоже время покажите ему, что в случае необходимости, если он сам попросит, готовы дать совет или оказать помощь. У ребенка должна быть своя территория, своя какая-то сторона жизни, вход на которую взрослым позволен только с его согласия.

Ошибочным считается мнение некоторых родителей, что "у их детей от них не должно быть никаких секретов". Не допустимо рыться в его вещах, читать письма, подслушивать телефонные разговоры, шпионить! Если ребенок вам доверяет, видит в вас старшего друга и товарища, он сам вам обо всем расскажет, попросит совета, если сочтет необходимым.

6. Покажите ребенку конечную неэффективность агрессивного поведения. Объясните ему, что даже если в начале он и достигнет для себя выгоды, например, отнимет у другого ребенка понравившуюся игрушку, то впоследствии с ним никто из детей не захочет играть, и он останется в гордом одиночестве. Вряд ли его прельстит такая перспектива. Расскажите также о таких негативных последствиях агрессивного поведения как

неотвратимость наказания, возвращение зла и др.

Если вы видите, как ребенок, еще не начавший ходить в школу, ударил другого, сначала подойдите к его жертве. Поднимите обиженного ребенка и скажите: "Максим не хотел обидеть тебя". Затем обнимите его, поцелуйте и проводите из комнаты.

Таким образом, вы лишаете внимания обидчика, перенося его на товарища по играм.

Внезапно ребенок замечает, что веселье кончилось, и он остался в одиночестве. Обычно требуется повторить это 2-3 раза - и драчун поймет, что агрессивность не в его интересах.

7. Необходимо устанавливать социальные правила поведения в доступной для ребенка форме. Например, "мы никого не бьем, и нас никто не бьет". Для детей в возрасте четырех лет и старше требования могут быть более подробными. Можете заявить: "В нашем доме (в нашей группе) существует правило: если тебе нужна игрушка, а ею играет другой ребенок и не дает ее тебе, подожди".

8. Не забывайте хвалить ребенка за старательность. Когда дети реагируют должным образом, сделайте все, чтобы закрепить эти усилия. Скажите им: "Мне нравится, как ты поступил". Дети лучше реагируют на похвалу, когда видят, что родители действительно довольны ими.

Не стоит говорить: "Хороший мальчик" или: "Хорошая девочка". Дети часто не обращают на это внимания. Лучше сказать: "Ты доставил мне огромное удовольствие, когда поделился со своим младшим братом, вместо того чтобы драться с ним. Теперь я знаю, что могу доверить тебе уход за ним". Такая похвала имеет большое значение для детей. Она позволяет им почувствовать, что они могут произвести хорошее впечатление.

9. Беседовать с ребенком о его поступке надо без свидетелей (класса, родственников, других детей и др.). В беседе стараться использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.).

10. Надо исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.

11. В борьбе с агрессией можно прибегнуть к помощи сказкотерапии. Когда маленький ребенок начинает проявлять признаки агрессивности, сочините вместе с ним рассказ, в котором этот ребенок будет главным героем. Используя картинки, вырезанные из журналов, или фотографии самого ребенка, создайте ситуации, в которых ребенок ведет себя достойно и заслуживает похвалу. Поговорите с ним в тот момент, когда ребенок спокоен, не нервничает. Когда у ребенка эмоциональный кризис, успокоить его нелегко.

12. Надо предоставлять возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т.д. Можно завести специальную "сердитую подушку" для снятия стресса. Если ребенок чувствует раздражение, он может поколотить эту подушку.

13. Также, очень важно прояснить и установить границы. Здесь необходима последовательность: не стоит один и тот же поступок ребенка оценивать по-разному в зависимости от своего настроения. Система ограничений и запретов должна быть четкой и

стабильной, от этого зависит стабильность внутренней жизни ребенка. По мере взросления ребёнка требования нужно пересматривать и по необходимости модифицировать. Чтобы не возникало противоречия между его новыми возможностями и старыми ограничениями. Ведь ограничение проявлений самостоятельности, инициативы может также послужить почвой для возникновения у ребенка реакции агрессии.

14. К некоторым, важным в жизни ребенка событиям, лучше готовиться заранее. Если вам предстоит сделать первый визит к врачу, в детский сад, постарайтесь предусмотреть все возможные нюансы, учитывая возможности и особенности ребенка.

Родителям важно помнить следующее: агрессия - это не только деструктивное поведение, причиняющее вред окружающим, приводя к разрушительным и негативным последствиям, но также это еще и огромная сила, которая может служить источником энергии для более конструктивных целей, если уметь ей управлять. И задача родителей - научить ребенка контролировать свою агрессию и использовать ее в мирных целях.

Гиперактивные дети или дети с СДВГ

Детей с нарушениями такого типа невозможно не заметить, поскольку они резко выделяются на фоне сверстников своим поведением. Можно выделить такие черты, как чрезмерная активность ребенка, излишняя подвижность, суетливость, невозможность длительного сосредоточения внимания на чем-либо.

В последнее время специалистами показано, что гиперактивность выступает как одно из проявлений целого комплекса нарушений отмечаемых у таких детей.

Основной же дефект связан с недостаточностью механизмов внимания и тормозящего контроля.

Синдромы дефицита внимания считаются одной из наиболее распространенных форм нарушения поведения среди детей младшего школьного возраста, причем у мальчиков фиксируются чаще, чем у девочек.

Поступление в школу создает серьезные трудности для детей с недостатками внимания, так как учебная деятельность предъявляет повышенные требования к развитию этой функции.

Как правило, в подростковом возрасте дефекты внимания у таких детей сохраняются, но гиперактивность обычно исчезает и нередко сменяется инертностью психической деятельности и недостатками побуждений.

Основные нарушения поведения сопровождаются серьезными вторичными нарушениями, к числу которых относятся слабая успеваемость и затруднения в общении с другими людьми.

Низкая успеваемость – типичное явление для гиперактивных детей. Она обусловлена особенностями их поведения, которое не соответствует возрастной норме и является серьезным препятствием для полноценного включения ребенка в учебную деятельность. Во время урока этим детям сложно справиться с заданиями, т.к. они испытывают трудности в организации и завершении работы, быстро выключаются из процесса выполнения задания. Навыки чтения и письма у них значительно ниже, чем у сверстников. Их письменные работы выглядят неряшливо и характеризуются ошибками, которые являются результатом невнимательности, невыполнения указаний учителя или угадывания.

Гиперактивность влияет не только на школьную неуспеваемость, но и на взаимоотношения с окружающими. Эти дети не могут долго играть со сверстниками, среди остальных они являются источником постоянных конфликтов и быстро становятся отверженными.

Большинству таких детей свойственна низкая самооценка. У них нередко отмечается агрессивность, упрямство, лживость и другие формы асоциального поведения.

В работе с гиперактивными детьми большое значение имеет знание причин наблюдаемых нарушений поведения.

Этиология и патогенез гиперактивности изучались специалистами. Они пришли к выводу, что здесь играют такие факторы:

- органические поражения мозга;
- перинатальная патология (осложнения во время беременности);
- генетический фактор (наследственность);
- социальные факторы (последовательность и систематичность воспитательного воздействия).

Исходя из этого, работа с гиперактивными детьми должна проводиться комплексно, с участием специалистов разных профилей и обязательным привлечением родителей и учителей.

Прежде всего, следует учесть, что важное место в преодолении синдрома дефицита внимания принадлежит медикаментозной терапии. Поэтому, необходимо убедиться в том, что такой ребенок находится под наблюдением врача.

Для организации занятий с гиперактивными детьми специалист может использовать специально разработанные коррекционно - развивающие программы на увеличение объема внимания, на распределение внимания, на усиление концентрации и устойчивости внимания, переключения внимания.

Педагог должен объяснить родителям гиперактивного ребенка, что им необходимо придерживаться определенной тактики воспитательных воздействий.

Они должны помнить, что улучшение состояния ребенка зависит не только от специально назначаемого лечения, но, в значительной мере, еще и от доброго, спокойного и последовательного отношения к нему.

Не менее ответственная роль в работе с гиперактивными детьми принадлежит учителям. Нередко педагоги, не справляясь с такими учениками, под разными предлогами настаивают на их переводе в другую школу. Однако, эта мера, проблем ребенка не решает.

Вместе с тем, выполнение некоторых рекомендаций может способствовать нормализации взаимоотношений учителя с беспокойным учеником и поможет ребенку лучше справиться с учебной нагрузкой.

В отношении дальнейшего развития таких детей нет однозначных прогнозов. У многих серьезные проблемы могут сохраняться и в подростковом возрасте.

Организация обучения детей с СДВГ

- работу с гиперактивным ребёнком строить индивидуально, при этом основное внимание уделять отвлекаемости и слабой организации деятельности;
- по возможности игнорировать вызывающие поступки ребенка с синдромом дефицита внимания и поощрять его хорошее поведение;
- во время уроков ограничивать до минимума отвлекающие факторы. Этому может способствовать, в частности, оптимальный выбор места за партой для гиперактивного ребенка - в центре класса напротив доски;
- предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью к учителю в случаях затруднения;
- учебные занятия строить по четко распланированному, стереотипному распорядку;
- научить гиперактивного ребенка пользоваться специальным дневником или календарем;
- задания, предлагаемые на уроке, писать на доске;
- на определенный отрезок времени давать только одно задание;
- дозировать ученику выполнение большого задания, предлагать его в виде последовательных частей и периодически контролировать ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы;
- во время учебного дня предусматривать возможность для двигательной "разрядки": занятия физическим трудом, спортивные упражнения.

Общий принцип работы с детьми, имеющими легкие функциональные нарушения в работе мозга, заключается в том, что при обучении и организации их деятельности, нужно максимально учитывать и обходить их дефект.

Зная, что работоспособность мозга наращивается и нормализуется по мере взросления ребенка и при отсутствии переутомления, необходимо обеспечить детям "мягкое", замедленное включение в учебу. Лучше, если ребенок позже пойдет в школу, например, с восьми лет, но ни в коем случае не в шесть. Оптимальным является такой вариант, когда дети сразу начинают обучение по четырехлетней программе начальной школы, в которой программа именно первого класса облегчена, растянута на два года.

Необходимо избегать переутомления детей в течение учебного дня. Лучше, когда в 1 классе уроки длятся 30 минут, когда предусмотрен после второго (или третьего) урока большой перерыв с прогулкой. Хорошо, если выделено и оборудовано специальное помещение для отдыха во время перемен, где дети могут и посидеть, и полежать, и поиграть (отдельная рекреация с низкими табуретками, скамейками-диванчиками, игрушками). То есть необходимо сделать то, что обычно предусмотрено при обучении детей с 6 лет. При сильных функциональных нарушениях деятельности мозга лучше переводить детей на неполную учебную неделю с добавочным скользящим выходным днем.

Не рекомендуется оставлять детей в группе продленного дня, потому что они в гораздо большей степени, чем их здоровые сверстники, нуждаются в отдыхе после школьных занятий, многим необходим дневной сон и всем - относительное одиночество, отдых от группового общения. Длительное нахождение среди ребят, шумные игры, споры - все это приводит детей с СДВГ к перевозбуждению, еще больше дезорганизуя их умственную деятельность. В группе продленного дня они не только менее аккуратно делают уроки, но и обычно ничего не запоминают из того, что делали сами и что объяснял им учитель.

Домашнее задание, которое обычно задиктовывается учителем в конце урока, дети с СДВГ или не записывают вообще, или записывают неправильно. Из этого не следует делать проблемы. Родители могут сами узнавать, что было задано, от учителя. В некоторых школах учителя ежедневно вывешивают на доске объявлений тему пройденного урока, основные моменты нового материала, номера выполненных в классе упражнений и домашнее задание. Забирая ребенка из школы, родители знакомятся с этой информацией.

Родители должны быть готовы к тому, что в обучении детей с СДВГ до относительной нормализации их мозговой деятельности (т. е. в течение 1-3 классов) основную роль играют домашние занятия. Дома необходимо не только выполнять домашние задания, но и повторять материал, пройденный в классе, чтобы проверить, все ли понято ребенком правильно, и не осталось ли вообще пропущенным что-либо существенное. Очень полезно рассказывать ребенку заранее содержание предстоящего урока, чтобы ему легче было включиться в классе, и вынужденные "отключения" не нарушали общее понимание того, что объясняет учитель.

В процессе обучения необходимо освободить детей от всякой второстепенной, вспомогательной, несущественной, оформительской работы. Взрослые могут сами провести поля в тетради ребенка, отметить точкой место, откуда надо начинать писать. Бывает, ребенок старательно отсчитывает клеточки, которые надо отступить сверху и слева, и в этих поисках, многократно ошибаясь, так устает от напряжения, что, найдя, наконец, то место, откуда надо писать, работать уже вообще не может.

Лучше, чтобы в 1 классе эти дети вообще как можно меньше писали. Удобно использовать тетради с напечатанными заданиями, в которых нужно только проставить, или обвести, или дорисовать ответ (такие тетради изданы для различных программ дошкольного развития, для обучения шестилеток, для программы Петерсон). Вместо того, чтобы писать на доске, ребенку можно предложить выбрать карточку с ответом из висящих рядом с доской кармашков. Карточки крепятся на доску с помощью магнитов.

Мелкую моторику, необходимую для выработки хорошего почерка, лучше развивать раскрашиванием по методу Монтессори. Это детям нравится гораздо больше, чем мучения с прописями. А проблем с прописыванием букв бывает значительно меньше, если к нему дети приступают после тренировочной работы с раскрасками. Также мы использовали старый способ поэтапного обучения письму, с помощью которого за 2-3 дня почерк детей становился почти каллиграфическим.

Обучение чтению должно значительно опережать обучение письму и проводиться не по методу слухового анализа Эльконина (для которого необходимо развитое абстрактное мышление), а с визуальной опорой на буквы или, еще лучше, целые слова.

Исключительно эффективными оказываются как общие принципы, так и конкретные методы, предлагаемые Гленом Доманом. Его подход строится на четком структурировании информации, которую ребенку предстоит усвоить, разбиении ее на конкретные образные единицы, с последующей организацией их в целостные системы по законам, которые действуют в соответствующей области знаний. Единицей информации обязательно должен быть целостный самостоятельный "образ-факт", который понятен ребенку, может быть им осмыслен и легко включен в систему его личного опыта. При обучении чтению - это целое слово (далее - словосочетание, простое предложение и т. д.), вернее, его графическое изображение, обозначающее известный ребенку предмет (далее - свойство, действие и т. д.) Слова, словосочетания, предложения многократно показываются ребенку и одновременно проговариваются.

После того, как сформируется устойчивый графический образ слова, ребенок становится способным быстро схватывать смысл написанного, т. е. читать. Далее он легко обучается разложению целого на части различным методам анализа слова, т. е. готов изучать грамматику и правописание.

Гораздо сложнее, если изначально единицей выступает слог, фонема, звук или буква, так

как это абстракции, не имеющие никакого образного представительства в системе внутреннего опыта ребенка. Осмысление абстракций, оперирование ими, выделение их в звуковом потоке или попытки сложить из них нечто целостное - все это требует достаточно развитого абстрактного мышления и доступно далеко не каждому первокласснику.

Для того чтобы ребенок мог читать, недостаточно (хотя и это очень трудно) обучить его выделению фонем и звукослиянию. Понимание текста, т. е. то, для чего их обучают. Максимум, чего можно этим добиться - это озвучивание текста.

Системность подачи информации создает системно организованную память, облегчает поиск необходимой информации, развивает мышление. Это значит, что существенно снижаются нагрузки на внимание и систематизацию материала при запоминании. Форма подачи информации также должна быть алгоритмичной, четкой. Должна соблюдаться лаконичность формулировок, оформления, иллюстраций, которые не должны содержать ничего лишнего, незначущего, отвлекающего.

Необходимо как можно чаще показывать, рассказывать, совместно обыгрывать ту информацию, которая должна быть усвоена ребенком. При этом не следует требовать ответов, спрашивать, что ребенок запомнил. Учебные демонстрации и рассказы должны быть короткими (буквально 2-3 минуты), легкими, быстрыми и веселыми (а не нудными), каждый раз частично обновляться, чтобы не ослабевал интерес.

В конце работы надо обязательно хвалить ребенка независимо от того, демонстрировал он свои знания или только смотрел, слушал и повторял. Запоминание на самом деле идет прекрасно, когда от ребенка не требуют воспроизвести все, что он должен запомнить, и у него нет страха забыть что-то, оказаться несостоятельным и получить неодобрение взрослых. Ребенок всегда готов слушать и смотреть, а когда информация хорошо систематизирована, он легко научается ею пользоваться и с радостью это демонстрирует.

Напротив, отрицательные эмоции, когда ребенок не может вспомнить того, что требуется, заставляют его избегать "учебных" ситуаций. Он уже не хочет ни слушать, ни смотреть, чтобы потом не пришлось мучиться при ответе на вопросы. Требуя в обязательном порядке точного воспроизведения всей информации, мы заранее ставим ребенка в ситуацию неуспеха и тем самым разрушаем учебную мотивацию.

Математика, как более четкая и алгоритмичная наука, усваивается детьми гораздо легче и нравится им гораздо больше, чем чтение и письмо. При объяснении любого урока надо стараться давать детям точный алгоритм действий, уметь выделять сущность. Следует использовать короткие, четко построенные фразы. Желательно разрабатывать графическое изображение алгоритма для каждой темы и давать его детям на карточках. Не надо заставлять их самих вычерчивать или рисовать алгоритм, лучше "проиграть" его с детьми. Например, построить из ребят "змейку" или "паровозик" в соответствии с последовательностью событий или действий, которые надо запомнить.

Обстановка на уроках должна быть свободной и непринужденной. Нельзя требовать от детей невозможного: самоконтроль и соблюдение дисциплины исключительно сложны для ребенка с СДВГ. Искренние попытки ребенка соблюдать дисциплину (правильно сидеть, не вертеться, не разговаривать и т. д.) и переживания по поводу того, что это никак не получается, еще быстрее приводят к переутомлению и потере работоспособности. Когда на дисциплине не заостряется внимание, а уроки проводятся в игровой форме, дети ведут себя спокойнее и более продуктивно работают.

Когда нет запретов, не происходит и накопления неотрагированной энергии с последующими взрывами. "Рядовая" несдерживаемая недисциплинированность (когда дети могут сидеть, как им хочется: поджав ноги или на коленках; вертеться, иногда вставать, обращаться к учителю и пр.) создает только легкий фоновый шум и меньше мешает проведению урока, чем эмоциональные срывы детей и попытки учителя их приструнить. Допуская мелкие дисциплинарные нарушения, можно поддерживать общую хорошую работоспособность.

Проблема дисциплины частично решается и в том случае, если есть возможность оборудовать класс специальными партами, рассчитанными на одного человека. Когда дети сидят по одному, они меньше обращаются друг к другу, больше сосредоточиваясь на объяснении учителя и вступая с ним в разговоры. Стихийные диалоги с учителем чаще бывают близки к теме урока, в отличие от разговоров ребят друг с другом. Кроме того, учитель может управлять диалогом, возвращая внимание ребенка в нужное русло.

Если учитель видит, что ребенок "выключился", сидит с отсутствующим взглядом, то в этот момент его не надо трогать: ребенок все равно будет не в состоянии разумно отреагировать.

При проведении игровых уроков нужно помнить, что сильные и яркие эмоциональные впечатления могут дезорганизовать деятельность детей. Яркие эмоции создают нечто вроде иррадиирующих очагов возбуждения и могут нарушать как последующую деятельность, так и результаты предыдущей.

Для детей с СДВГ также не подходят традиционно используемые методы эмоционального включения в урок. Обычно для того, чтобы дети настроились, в самом начале урока предлагается рассказать им нечто интересное, хотя и мало относящееся к его сути. Если придерживаться подобной тактики, то дети с СДВГ и запомнят только этот яркий, но несущественный материал.

Следует проявлять осторожность и в подборе примеров, которые в памяти детей могут остаться как отдельные картинки, неизвестно что иллюстрирующие. Эмоционально, но не очень ярко должны быть выделены самые существенные моменты объясняемого материала (правило, принцип, алгоритм решения).

Монотонная неинтересная работа утомляет детей с СДВГ так же, как любая другая. Этим

они отличаются от детей с ЗПР, которым простая монотонная работа понятна и по силам, и они с удовольствием, без утомления ею занимаются.

У детей с СДВГ часто возникает проблема с закреплением материала, переводом его из кратковременной, оперативной памяти в долговременную. Работая в диалоге с учителем (или родителями), ребенок может демонстрировать понимание, правильно выполнять задания, отвечать на вопросы. Однако, если это было единичное занятие и его содержание не повторялось и не закрепились, то в голове у ребенка может ничего не остаться. Поэтому дальнейшее объяснение материала становится неэффективным и непонимание, в итоге, может стать абсолютным. Когда учителя или родители сталкиваются с подобным явлением, им кажется, что дети поступают так по какому-то злему умыслу. Взрослые не могут понять, почему ребенок вдруг ничего не помнит из того, что он недавно сам правильно делал или отвечал.

Для закрепления материала урок должен быть построен так, чтобы на его протяжении варьировался один и тот же алгоритм или тип задания. Это желательно еще и потому, что при построении урока трудно учесть цикличность интеллектуальной активности учащихся с СДВГ. Дети работают в разном ритме: кто-то еще активен, а кто-то уже устал или, наоборот, отдохнул и готов подключиться к уроку. Если в течение урока варьируется одна и та же тема, то, в каком бы ритме ребенок ни работал, он все время будет "встречаться" только с ней. Тем самым повышается вероятность того, что основное содержание урока будет усвоено.

Учет цикличности интеллектуальной активности ребенка может быть полностью обеспечен в его домашней работе. Дома у ребенка обязательно должна быть возможность работать в том ритме, в котором работает его мозг. Родители легко могут подстроить выполнение домашних заданий под этот ритм. Как только ребенок начинает перебирать карандаши, менять ручки, снимать-одевать тапки или "мечтательно" смотреть в пространство, надо сразу прекращать занятия, не пытаясь вернуть ребенка к деятельности, даже если он позанимался всего 10 минут. Необходимо оставить ребенка в покое, поговорить с ним о чем-нибудь постороннем и минут через 5 вернуться к урокам.

Родителям (или кому-то из взрослых) желательно находиться рядом с ребенком во время выполнения домашнего задания, чтобы возвращать его к занятиям (сам он этого может и не делать). Очень важно сохранять при этом спокойствие, не раздражаться и не нервировать ребенка. Лучше, если ребенок будет работать с черновиком, но прежде, чем переписывать задание в тетрадь, дайте ему отдохнуть. Само переписывание тоже надо осуществлять с перерывами.

При переутомлении деятельность мозга может быть настолько дезорганизована, потому что разрушаются уже установленные, но еще не вполне укрепленные связи, т. е. забывается ("стирается") казалось бы усвоенная информация. Это особенно важно помнить при заучивании правил, стихов и другой информации.

Не следует с первых школьных дней приучать ребенка работать самостоятельно - он все равно не сможет. Родителей это очень тревожит, тем более что и учителя настаивают на самостоятельности. Если действительно заботиться о развитии и обучении ребенка с СДВГ, то о воспитании его самостоятельности приходится на время забыть.

Работа ребенка должна быть продумана и организована взрослыми так, чтобы представлять из себя четкую последовательность конкретных деятельностей, между которыми можно было бы отдохнуть. Каждую деятельность необходимо представить четкой короткой инструкцией, вынесенной вонне в виде рисунка или схемы и находящейся перед глазами ребенка. Инструкции должны быть короткие (или разделены на короткие самостоятельные части) еще и для того, чтобы хватало объема оперативной памяти и не происходило выпадения, "замен" и перестановок частей информации.

Именно на развитие интеллекта должна быть направлена работа педагогов, психологов и родителей. Попытки тренировать внимание, память и самоуправление не только бессмысленны, но и вредны, так как при этом силы ребенка тратятся впустую. Эти процессы не могут развиваться, пока не будет нормализована работа мозга.

При развитии визуальном мышлении ребенок быстро обучается пользоваться различными рисунками, чертежами, таблицами, т. е. различными опорными схемами. Этим он снимает нагрузку на оперативные память и мышление, значительно повышая общую эффективность собственной мыслительной деятельности. Визуальное мышление хорошо развивается в играх, связанных с моделированием, конструированием, выкладыванием узоров, картинок по образцам (конструкторы, мозаики, кубики и пр.).

Психологическое сопровождение детей с СДВГ показывает, что даже без лечения по мере взросления всегда происходит некоторая нормализация работы мозга. Даже если не улучшается внимательность, сглаживается явная "цикличность" интеллектуальной деятельности, реже происходят "отключения". К 5-6 классу ребята уже чувствуют тот момент, когда "мысли начинают разбегаться" и становится трудно сосредоточиться. Они отвлекаются, отдыхают и продолжают работу, когда это состояние проходит. Общее время, в течение которого они могут продуктивно обучаться, значительно увеличивается. Но все же шесть уроков они выдерживать не могут, и, если в конце учебного дня оказываются уроки по основным предметам (особенно по русскому языку или математике), то стойкая неуспеваемость может быть им обеспечена.

При интенсивном лечении, избавившись от невнимательности, дети становятся медлительными. Из-за приобретенной медлительности особенно страдают старшеклассники. Скорость их работы остается на уровне, характерном для учащихся 5 классов. Вполне закономерно, что они не успевают следить за объяснением учителя, который излагает материал в расчете на среднюю для данного возраста скорость восприятия и понимания. Им особенно необходимо хотя бы общее упреждающее знакомство с информацией, которая

будет излагаться на уроке. В целом, развития скоростных показателей, депрессированных в процессе медикаментозного лечения, с возрастом обычно не отмечается.

Особенности поведения леворукого ребенка

Левшами являются около 10% людей, причем доля леворуких имеет тенденцию к увеличению. Леворукость – очень важная индивидуальная особенность ребенка, которую необходимо учитывать в процессе обучения и воспитания.

Асимметрия рук, т.е. доминирование правой или левой руки, или предпочтение какой-либо из рук, обусловлена особенностями функциональной асимметрии полушарий головного мозга. У левшей отмечается менее четкая специализация в работе полушарий головного мозга.

Специфика латерализации мозговых функций левшей влияет на особенности их познавательной деятельности и поведения.

До недавнего времени леворукость представляла серьезную педагогическую проблему. Детей приучали писать правой рукой. Отсюда наносили вред здоровью детей (неврозы и невротические состояния).

В последние годы школа отказалась от практики переучивания леворуких детей, и они пишут удобной для них рукой. Очень важно определить направление «рукости» ребенка до начала обучения: в детском саду или при приеме в школу.

Определение ведущей руки ребенка необходимо для того, чтобы полнее использовать его природные особенности и снизить вероятность осложнений, возникающих у леворуких при переходе к систематическому школьному обучению.

Таким образом, вопрос о переучивании леворукого ребенка в каждом конкретном случае должен решаться строго индивидуально с учетом индивидуальных физиологических и психологических особенностей, адаптационных возможностей организма и личных установок ребенка.

В деятельности леворукого ребенка особенности организации его познавательной сферы могут иметь следующие проявления:

1. Сниженная способность зрительно – двигательных координаций: дети плохо справляются с задачами на срисовывание графических изображений; с трудом удерживают строчку при письме, чтении, как правило, имеют плохой почерк.
2. Недостатки пространственного восприятия и зрительной памяти, зеркальность письма, пропуск и перестановка букв, оптические ошибки.
3. Для левшей характерна поэлементная работа с материалом, раскладывание по «полочкам».

4. Слабость внимания, трудности переключения и концентрации.

5. Речевые нарушения: ошибки звукобуквенного характера.

Одной из наиболее важных особенностей леворуких детей является их эмоциональная чувствительность, повышенная ранимость, тревожность, сниженная работоспособность и повышенная утомляемость.

Кроме того, немаловажное значение может иметь и тот факт, что примерно у 20% леворуких детей в анамнезе отмечаются осложнения в процессе беременности и родов, родовые травмы. Повышенная эмоциональность леворуких является фактором, существенно осложняющим адаптацию в школе. У левшей вхождение в школьную жизнь происходит значительно медленнее и более болезненно.

Генетически и исторически сложилось отношение общества, людей к леворукости как к аномалии, к нарушению, а не как к индивидуальному варианту нормы. Большая часть человечества – праворукие – до 88%, леворукие – 5-12 %. И леворукие, и праворукие – не однородные группы. По признаку ведущей руки все человечество можно разделить на 5 групп:

- .. сильно праворукие (во всех действиях ведущая правая рука)
- .. сильно леворукие (во всех действиях ведущая левая рука)
- .. не выраженно леворукие (отдают предпочтение левой руке)
- .. не выраженно праворукие (отдают предпочтение правой руке)
- .. амбидекстры ((одинаково хорошо владеют обеими руками)

В литературе отмечается увеличение количества леворуких людей:

В 1928 г среди взрослых:	леворуких мужчин – 4,7 %
	леворуких женщин – 3,3 %
в 1973 г.	леворуких мужчин – 10,4 %
	леворуких женщин – 8,8 %

Леворуких детей больше, чем взрослых, но по мере взросления их становится меньше.

Причина – агрессивность праворукой среды заставляет леворуких приспосабливаться, переучиваться:

- .. отсутствие специальных инструментов для леворуких (ножи, ножницы, музыкальные инструменты)
- .. механизмы на производстве сконструированы с учетом потребностей правой руки

Многие известные люди были леворукими:

Александр Македонский, Наполеон, Леонардо да Винчи, Павлов, Даль, Чарли Чаплин, Пол Маккартни и др.

Есть данные о том, что среди леворуких детей:

- высок удельный вес детей с особенностями развития ЦНС
- много детей с асинхронным развитием некоторых психических функций
- высокая эмоциональность
- отставание в развитии психомоторных функций
- отставание в развитии пространственного восприятия
- много подростков с девиантным поведением

Но причина кроется не в леворукости, а в «**декстра-стрессе**» -- стрессовом воздействии праворукой среды.

Есть и другое мнение – леворукие люди гениальны.

Вывод:

Леворукость нельзя считать причиной отклонений в развитии (в ту или иную сторону)

Причины леворукости до конца не выяснены, но есть предположения:

1. Влияние внешней среды:
 - вынужденная леворукость (травмы, аномалии развития, ДЦП)
 - ненасильственное переучивание (праворукий ребенок подражает леворуким родителям)
2. Патологическая леворукость
 - родовой стресс (наличие более двух неблагоприятных факторов при рождении)
 - патология беременности
 - зеркальное положение у близнецов
3. Наследственный фактор

Выделяют три вида леворукости:

1. **Генетически закрепленная леворукость** – половина всех леворуких – неотягощенная леворукость.
2. **Компенсаторная леворукость** – отмечаются нарушения речевого развития и состояния здоровья – при патологии беременности, родов и тяжелых заболеваниях раннего детства.
3. **Вынужденная леворукость** – серьезная или длительная травма левой руки, ампутация, порез, паралич конечности.

Леворукость – это не просто преимущественное владение левой рукой, но и отражение межполушарной асимметрии, отличное от праворуких распределение функций между правым и левым полушариями головного мозга.

Эти особенности будут проявляться:

- “ в формировании высших психических функций
- “ в деятельности ребенка
- “ в приспособлении к различным условиям внешней среды:
 - трудности в адаптации в новой обстановке

- повышенная эмоциональность и впечатлительность
- высокий уровень тревожности
- повышенная возбудимость
- неуверенность в себе
- хорошее понимание социальных нормативов
- ориентированность на общение

Некоторые ученые утверждают, что до 5 лет у ребенка наблюдаются периоды праворуконости:

- с 16-20 недель до 2 лет – волнообразные изменения
- с 2 до 5 лет – равноценность рук
- с 5 лет – стойкое предпочтение

Проблемы переученных левшей:

- возникновение неврозов – стрессовый фактор переучивания
- ребенку навязывается чуждый биологический тип деятельности, нарушается баланс взаимодействия полушарий
- намеренно создаются условия для неудач, неумелости, неловкости, неуверенности
- конфликт между возможностями ребенка и требованиями к нему
- страх перед деятельностью, переживания
- астенический синдром на фоне стресса
- аффективные реакции
- навязчивые состояния
- использование символических ритуалов
- невротический энурез
- заикание

Особенности коррекционно-развивающей работы с леворукими детьми

Эти дети нуждаются в специальных занятиях, направленных на развитие ВПФ, а также на коррекцию эмоционально-волевой и личностной сфер.

При организации развивающей работы может возникнуть необходимость в привлечении к сотрудничеству логопеда, дефектолога.

Для психолога главное выявить причины нарушения поведения у леворуких детей и грамотно составить рекомендации учителей или воспитателей. Грамотная работа педагога сможет коррегировать или способствовать первичной психопрофилактике проблем у данной категории детей. Постановка техники письма у левшей специфична. Для леворукого ребенка одинаково неудобно как правонаклонное, так и левонаклонное письмо, т.к. при письме он будет загораживать себе строку рабочей рукой. Поэтому руку следует ставить так, чтобы строка была открыта. Для леворуких рекомендуется правонаклонный разворот тетради и прямое письмо. При овладении письмом леворукий ребенок должен выбрать для себя тот вариант начертания букв, который ему удобен. Требовать от левши безотрывного письма противопоказано. В классе леворуких детей рекомендуется сажать у окна, слева за партой. В

таком положении ребенок не мешает соседу, и его рабочее место имеет достаточную освещенность.

Парта ребенка должна быть размещена таким образом, чтобы информационное поле совмещалось с ведущим глазом. Так, если ведущим является левый глаз, то классная доска, рабочее место учителя должны находиться в левом зрительном поле учащегося.

Итак, леворукий ребенок может иметь в школе немало проблем. Но следует отметить, что леворукость является фактором риска не сама по себе, а в связи с теми определенными нарушениями и отклонениями в развитии, которые могут встретиться у конкретного ребенка. Далеко не все леворукие дети, особенно если в дошкольном детстве уделялось внимание их полноценному психическому развитию, будут иметь серьезные осложнения при овладении учебной деятельностью. Существуют специальные прописи для леворуких детей. Отличия от обычных прописей:

- весь материал (образцы) пишется и демонстрируется с правой стороны по отношению к ученику для расширения зрительной зоны
- начало и конец строки помечаются специальным значком
- направление письма показано стрелкой
- прямое без наклона написание букв
- написание букв с отрывом линии
- написание букв сопровождается вспомогательными знаками – точками (откуда начинать письмо) и стрелками (направление письма)
- печатная буква пишется сверху на середине листа
- таблицы «Зачеркни неправильно написанные буквы» помещаются в конце работы над буквой
- последовательность этапов работы над буквой:
 - обведи букву по точкам
 - напиши элементы буквы
 - напиши букву самостоятельно
 - обведи слоги, слова
 - напиши слоги, слова самостоятельно
 - зачеркни неверно написанные буквы
 - ребусы и игровые задания

В коррекционно-развивающей работе психолога используются классические методы, которые приемлемы и для других категорий детей, только выбор упражнений или заданий подбирается индивидуально и зависит от причины нарушения поведения.

Застенчивый и тревожный ребенок

Почему одни дети общительные, смелые, а другие - стеснительные, робкие, нерешительные? Прежде всего, надо иметь в виду, что природа создала каждого человека уникальным и каждый ребенок от рождения имеет свои достоинства и недостатки, которые друг друга взаимно компенсируют. Не бывает как полностью положительных, идеальных детей, так и состоящих только из одних недостатков.

Кроме того, одно и то же качество в одних ситуациях может рассматриваться как достоинство, а в других ситуациях - как недостаток. Например, ту же самую стеснительность в определенных ситуациях можно расценить как скромность и вежливость.

К тому же, застенчивые дети обладают массой достоинств: большим творческим потенциалом, наблюдательностью, исполнительностью, повышенным чувством ответственности. Педагоги и психологи должны помочь им раскрыть свои таланты.

Стеснительность, тревожность, застенчивость, нерешительность - все эти качества личности определяются одним общим свойством темперамента - сдержанностью и в большинстве случаев связаны с низкой самооценкой.

Сдержанные дети проявляют свой темперамент с первого дня после рождения, реагируя на все новое с осторожностью и нерешительностью. Такие дети склонны отступать или раздражаться при встрече с незнакомыми явлениями, пугаться незнакомых, искать убежища у матери. Согласно исследованиям, около 20 % здоровых малышей легко возбуждаются от незнакомого окружения и потом тяжело успокаиваются. Большая часть из них в последствии становятся несмелыми, осторожными детьми.

На формирование повышенной тревожности и застенчивости, помимо природой заданного темперамента, могут влиять также следующие факторы:

- ранняя и потому болезненная разлука с матерью, которая является причиной излишней чувствительности и зависимости ребенка от эмоционального состояния окружающих людей, что, в свою очередь, формирует у него застенчивость и неуверенность;
- излишняя принципиальность и строгость родителей, зависимость проявлений внимания и любви от того, насколько оправдываются ожидания отца и матери;
- завышенные требования и ожидания по отношению к ребенку, которые часто является причиной его проблем в дальнейшей, взрослой жизни.

В первую очередь родителям очень важно правильно воспитывать застенчивого ребенка, чтобы не усугубить его стеснительность, а наоборот сгладить ее. Вырастет ребёнок нелюдимым и нервным или спокойным и наблюдательным во многом зависит от вас.

Работа по повышению самооценки является одной из важнейших составляющих коррекционной работы с тревожными и неуверенными в себе детьми.

Педагоги, родители должны придерживаться следующих правил при воспитании и обучении ребенка:

1. Не сравнивайте ребенка с другими детьми и не акцентируйте внимание на неудачах. Наоборот, старайтесь подмечать все его малейшие достижения и хвалить за успехи. Главная задача - верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы малыш поверил вам и "заразился" вашей верой. Тогда он станет уверенным в себе человеком. Ведь известно: добиться чего-то в жизни, можно только веря в свои силы.

2. Не торопите ребенка, давайте ему время привыкнуть к новому. Застенчивому, робкому ребенку требуется определенное время, чтобы познакомиться, приглядеться, понять законы, которые действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новый воспитатель, новая квартира. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться. Если задаете ему вопрос, то давайте необходимое для подготовки ответа время; старайтесь не повторять вопрос дважды или даже трижды. В противном случае ребенок ответит нескоро, так как каждое повторение он будет воспринимать как новый стимул.

3. Не заставляйте ребенка "быть смелым". Ваши увещевания и нотации не принесут результата. Тревоги ребёнка иррациональны по своей природе, ведь сам ребенок лет до семи живет в мире чувств и образов, а не здравого смысла. Говорить словами "здесь нет ничего страшного" бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем доброе слово, ласка, близость?

4. Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!

5. Если взрослый обращается к тревожному ребенку, он должен установить контакт глаз: это вселяет доверие в душу ребенка.

6. Повышенная требовательность - опасна. Излишняя требовательность и строгость к детям с утонченной душевной организацией приводит к прямо противоположному эффекту. Ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его поведения, успехов.

7. Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников. Например, можно порекомендовать родителям устраивать дома праздники для детей и приглашать на них одноклассников, или устраивать совместные с друзьями ребенка выезды на природу, ходить в походы. Здесь, в комфортной для себя обстановке, когда рядом близкие люди, застенчивый ребенок будет чувствовать себя более уверенно и это даст ему возможность изменить мнение приятелей о нем.

8. Тревожные дети чрезвычайно чувствительны к плодам собственной деятельности. Одновременно им очень трудно самим оценить итоги своего труда, они не могут сами решить, правильно или неправильно они сделали что-либо, а ждут этой оценки от взрослого. Негативные оценки значимых взрослых оказывают сильное травмирующее влияние на ранимую психику таких ребят.

Если родители могут учитывать этот важный момент и не осуждать своих детей за

ошибки, то поступление в школу резко усложняет ситуацию. Количество вербализованных и невербализованных оценок резко возрастает, и не всегда эти оценки бывают положительными.

Нужно сказать о первостепенной роли учителя для первоклассника, так как именно он оказывается для ребенка наиболее значимой и вместе с тем наиболее травмирующей фигурой, поскольку именно от учителя исходит отрицательная оценка. Поэтому в случае необходимости можно рекомендовать родителям сходить в школу и поговорить с учителем. Как известно, улучшения положения ребенка в начальном классе можно добиться простым изменением отношения к нему учителя.

9. Не надо бояться, что, отгораживая ребенка от негативного опыта и создавая ему комфортные условия для развития, вы вырастите "тепличного" человека, совершенно не приспособленного к суровой реальности. Конечно, повышенная гиперопека только навредит. Не нужно "подставлять руки" на каждом шагу, нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя.

Родителям важно предоставить ребенку определенную свободу, возможность самому принимать решения и решать проблемы. Но не менее важно не бросать его наедине с трудностями, к которым он пока не готов.

Помните: опыт неудач и поражений приземляет, опыт побед и успехов окрыляет. Помогите робкому ребёнку расправить свои нежные крылышки.

Преодоление застенчивости у детей

Следующие рекомендации:

1. Нельзя стремиться учить ребенка подавлять свои эмоции, задача в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства.

2. Эмоции возникают в процессе взаимодействия с окружающим миром. Необходимо научить ребенка адекватным формам реагирования на те или иные ситуации или явления внешней среды.

3. Не надо ограждать ребенка от отрицательных переживаний. Это невозможно в повседневной жизни, и искусственное создание "тепличных условий" лишь на время снимает проблему, а через некоторое время она встает более остро. Здесь нужно учитывать не просто модальность эмоций (отрицательные или положительные), а, прежде всего, их интенсивность.

4. Чувства ребенка нельзя оценивать, невозможно требовать, чтобы он не переживал того, что он переживает. Как правило, бурные аффективные реакции - это результат длительного сдерживания эмоций.

Давайте подумаем, что такое застенчивость, и на житейских примерах вспомним, как она проявляется.

Ребенок, хорошо знающий урок, растерянно молчит или в лучшем случае что-то бормочет, запинаясь и заикаясь, когда его вызывают к доске. Его лицо покрывается красными пятнами, одноклассники нарочно громко подсказывают, веселятся. В результате ничего вразумительного ученик сказать не может, раздраженный учитель ставит очередную двойку. Или другая типичная ситуация - шести-, семилетний малыш, начитанный, грамотный, на отборочном тестировании при поступлении в элитную школу или гимназию. В обстановке строгого собеседования (что для ребенка является стрессогенным, психотравмирующим фактором) он не может ответить на хорошо знакомые вопросы, выполнить элементарные (для привычной домашней обстановки) задания.

Нередко застенчивые дети подвергаются придирам, обидам, а подчас и прямому издевательству со стороны задиры во дворе или школе. Из-за этого посещение школы для ребенка превращается в хроническую пытку, он ищет всяческие предлоги для пропуска занятий, часто болеет, страдает от так называемых психосоматических заболеваний. Ведь дети так же, как и взрослые (а фактически в гораздо большей степени), подвержены психологическим стрессам, невротическим реакциям.

У школьников застенчивость сопровождается также и повышенной тревожностью, мнительностью, неуверенностью в себе, робостью. В 10-20% случаев у таких ребят бывают страхи темноты, одиночества, они скованно себя чувствуют в присутствии незнакомых людей, молчаливы, замкнуты.

Между тем они довольно часто обладают большими способностями, легко осваивают компьютерную технику, любят читать, рисовать, но одаренность и даже выраженные таланты блокированы комплексом неуверенности в себе, внутренним напряжением при общении со сверстниками, взрослыми. И как следствие - проигрывают менее способным, но более шустрому сверстникам.

Некоторые полагают, что застенчивость в большей мере свойственна девочкам, но это далеко не так. На разных этапах возрастного развития 20-25% мальчиков страдают от застенчивости - приблизительно так же, как и девочки.

Но, с другой стороны, застенчивость часто маскируется механизмом спонтанной психологической компенсации и гиперкомпенсации в виде показной развязности, нарочитой грубости, даже склонности к хулиганским поступкам. Такие ребята, надеясь стать более свободными, независимыми, смелыми, зачастую тянутся в компании, группировки, где культивируется сила, а главными аргументами считаются кулак и ненормативная лексика.

Таким образом, застенчивость может уродливо трансформироваться, мутировать в наглость, девиантное поведение. И это серьезная проблема - не только медицинско-психологическая, но и социальная. От того, получит ли застенчивый малыш, подросток

квалифицированную помощь, зависят его дальнейшая судьба, благополучие в профессиональной и личной жизни.

Порой, как ни странно, у таких людей, внешне кажущихся податливыми, не складывается гармоничное супружество, они не удовлетворены своим кругом общения; проявляется это в том, что юноша или девушка не может познакомиться с тем, с кем хочет. Им трудно найти хороших друзей, они тяжело сходятся с людьми.

Застенчивость накладывает отпечаток на самые разные аспекты жизни человека. Эта актуальная психосоциальная проблема не имеет возраста, особенно если сопровождается тиками, заиканием, внутренней напряженностью, скованностью. Всего этого можно избежать, если вовремя обратиться за помощью.

Квалифицированные психологи и психотерапевты помогут застенчивым людям справиться со своим "недугом", повысить самооценку, научат свободному общению и взаимодействию с окружающими.

Чем чревата застенчивость?

Как уже стало понятно, неприятностей от застенчивости много. Каковы же они?

- Ограничение контактов с людьми - "Роскошь человеческого общения".
- Конформизм - человек «наступает на горло собственной песне», не выражая своего мнения, он просто голосует за чужое, даже если оно ему чуждо.
- Застенчивость побуждает человека бесконечно заниматься самокопанием, самоедством и самообвинением. Известно, что самое страшное чувство - чувство вины. Застенчивый чаще всего "без вины виноватый".
- Застенчивость влечет за собой неприятные переживания, развивает тревожность, формирует страх и комплекс неполноценности.
- Энергия растрачивается попусту: вместо того чтобы совершать поступки, личность занята переживаниями.
- Накапливаются неотрагированные отрицательные эмоции.
- Застенчивость мешает раскрытию личности и ее реализации. Иной не столь много представляет собой, сколько умеет себя преподнести, застенчивый же не в состоянии донести свою значимость.

В результате мало кто из застенчивых людей может достичь успеха в жизни. Ребенок боится незнакомых людей, школьного начальства, всевозможных контактов, необходимых в обществе. Пронеся по жизни свою застенчивость, будучи взрослым, он будет бояться начальства, общения с людьми, особенно с лицами противоположного пола, может быть, будет обречен на одиночество.

Худший исход - невроз (а состояние застенчивости ведь может варьироваться от «легкой необщительности» до глубокого невроза), депрессия и, возможно, суицид. Часто глубоко застенчивые люди жалуются на потерю смысла жизни.

Симптомы застенчивости

Застенчивость «читается» по внешним признакам: покраснение лица, потливость, дрожь, учащение сердцебиения, стесненное дыхание, согбенная поза, опущенные вниз глаза, тихий голос, скованность мышц и движений.

Психологические особенности застенчивых людей можно свести в основном к следующему: смущение при контактах с людьми, высокая тревожность, страх, зависимость от мнения окружающих, безосновательное чувство вины - все это на фоне неуверенности в себе.

Страшная история.

Миша К. (15 лет). Тихий, ничем не примечательный подросток. За все время учебы в школе ни разу не вызвал гнева учителей или одноклассников. Послушный, уравновешенный, вечно живущий в своем мире. Больше таких в классе не было.

Одноклассники удивлялись непохожести Миши на них самих, а посему часто просто от нечего делать цеплялись к нему, подтрунивали, поддразнивали. Иногда насмехались.

Родителей раздражало, что сын растет таким тихоней, сами они были полной ему противоположностью. Поэтому дома подростка тоже "дергали".

В один прекрасный день к Мише пришла его двоюродная сестра и попросила магнитофон на вечеринку. Что уж парень усмотрел в этой просьбе, неизвестно. Только дальше произошло страшное. На повторные просьбы кузины Миша отреагировал дико - схватил нож и проткнул Алену в области сердца, в результате чего девушка скончалась. Эта история буквально потрясла город. "Как могло такое случиться, этого не может быть!" - восклицали все, кто знал Мишу как человека, который не способен обидеть даже мухи.

Комментарий психолога:

- Любые эмоции нуждаются в разрядке. Нас обидели - мы поплачем. И сразу становится легче. Если эмоции остаются неотреагированными, они имеют способность накапливаться, и тогда возникает "аккумулирующий эффект", который чреват взрывом.

Так произошло и с Мишей. Он годами копил обиды, будучи очень застенчивым. Этого "накопления" оказалось достаточно, чтобы "взорваться". Повод при этом был ничтожным - никто ведь не посягал навечно на его собственность. Эксперту-психологу Миша объяснил, что ему надоело, что он всем что-то должен, а взамен никогда ничего не получал.

Экспертиза, кстати, признала его вменяемым и не обнаружила никакой психопатологии...

Дети могут стать таковыми по разным причинам: органическая неполноценность, частые болезни, что не позволяет им соревноваться с другими. Такая участь может быть уготована избалованным детям, которым не хватает уверенности в своих силах, поскольку все делают за них, и, наконец, в эту компанию попадают отверженные дети, у которых нет опыта сотрудничества, так как они не наблюдали этого явления в собственной семье.

В последнее время застенчивость стали обозначать как "высокую реактивность". Часто у высокореактивных детей застенчивость выступает как инстинктивное поведение, направленное на защиту от физиологической и эмоциональной перегрузки. При этом возможны два варианта инстинктивного поведения.

Первый - ребенок, чем-то неудовлетворенный, избирает "стратегию избегания" (вид психологической защиты) и становится застенчивым.

Второй - ребенок включается в соперничество и становится самоуверенным. Принято выделять природные и социальные факторы, формирующие застенчивость.

Природный фактор

Это темперамент, обусловленный типом нервной системы.

На первый взгляд может показаться, что застенчивость - приоритет интровертов - людей, направленных на свой внутренний мир, не нуждающихся в многочисленных внешних контактах, предпочитающих уединение. К таковым относятся флегматики и меланхолики. Думается, что среди этой категории застенчивых действительно больше. И это внешне застенчивые личности.

Но, как ни странно, существуют и застенчивые экстраверты - люди, "вывернутые наизнанку", стремящиеся к общению и многочисленным контактам. Это холерики и сангвиники. Среди них встречаются внутренне застенчивые.

В силу черт своего темперамента (настойчивость, решительность, смелость, оптимизм) им удается бороться с внутренней застенчивостью. А даже если не удастся, то внешне они выглядят весьма раскованными. Конечно, это стоит им определенных эмоциональных затрат.

Ситуация №1.

Ребенок, удобный во всех отношениях.

Таня П. учится в 1-м классе. Внешне похожа на воробышка - маленькая, худенькая. Когда она поступала в школу, то на приеме у психолога за полтора часа из нее удалось "вытянуть" два слова. Говорит шепотом. Плечи опущены, глаза смотрят в пол. Впечатление, что ребенок в ступоре. На повторном приеме удалось немного разговорить девочку.

Наблюдая за ней теперь в 1-м классе, понимаю, что застенчивость никуда не ушла. На уроке ее не слышно, но и на перемене та же картина. В то время как одноклассники резвятся, она тихонечко сидит в углу. "Удобный во всех отношениях ребенок". Учится хорошо. Но ведь у Тани нет друзей. Она практически ни с кем не общается, всего боится. Налицо истинная внешняя застенчивость. К чему она приведет - неизвестно.

Ситуация №2.

"Спокойствие, друзья! Спартак с вами!"

Наташа И., 13 лет. Посмотришь на эту девочку - и мысли не возникнет о каком-то даже намеке на застенчивость. Резкие движения, порывистость, громкий голос. Где она ни появится, всюду «кипит» жизнь. Вечно что-то организовывает, любит быть в центре

внимания. Одним словом, лидер.

Но вот однажды в классе готовили выступление ко Дню защитника Отечества. Решили поставить что-то вроде драматического спектакля по "Гренаде" М. Светлова. Наташе показалась недостаточной роль в общем хоре, она тут же срежиссировала "передний план" и выставила перед хором четырех девочек, в том числе себя - запевать отдельно.

Наконец, наступил долгожданный вечер. Хор одноклассников пел проникновенно и слаженно, удачно "вступали" и на переднем плане, но только трое...

Что до Наташи, то, как только открылся занавес, с ней произошло что-то такое, в результате чего голос куда-то пропал. Вокруг горла сжалось невидимое кольцо, ко всему этому примешались довольно неприятные ощущения - дрожь, сердцебиение, даже круги перед глазами поплыли. Рот она, конечно, открывала очень старательно, да вот звуков оттуда не доносилось.

Летом того же года ей пришлось побывать в лагере отдыха на море. Активную девочку заметил вожакий - студент последнего курса театрального института, который решил себя попробовать в качестве режиссера. На закрытие сезона намечался большой костюмированный бал, а у Наташи оказался потрясающий костюм Спартака. Вожакий предложил мини-спектакль на тему восстания рабов в Риме.

Полмесяца регулярно в «тихий сон» или репетиции. Вожакий упивался режиссурой, Наташа - ролью.

Итог был столь же плачевным для Наташи, как и на школьном вечере. Как только распахнулся занавес и глазам девочки предстал полный зал знакомых и незнакомых людей, наступил шок. По роли надлежало выбежать стремительно на сцену и, царственно взмахнув рукой, закричать: "Спокойствие, друзья! Спартак с вами!" Вместо этого Наташа буквально выползла на полусогнутых и проковыляла на середину сцены. То была не царственная поступь Спартака, но шаг подстреленного...

Глаза от ужаса "вылезли из орбит". Вместо нужных слов девочка "понесла" откровенную чепуху, которую впоследствии даже не могла восстановить в памяти. Провал был полный, а вместе с ним и стыд перед режиссером, друзьями по отряду и вообще перед всем "человечеством". И, естественно, стресс, который она будет помнить долго.

Комментарий психолога:

- По натуре Наташа - откровенный холерик. Очень смелая, решительная, с ярко выраженным стремлением к лидерству. Она всегда хотела производить неизгладимое впечатление, но так много об этом думала, что постепенно в ее подсознании зародился страх: "А вдруг я не понравлюсь? А вдруг я что-то сделаю не так?" Мысль о возможной неудаче была для нее катастрофой.

Это пример внутренней застенчивости, которую девочка никак не осознавала и поэтому не могла предвидеть подобных "проколов". Интересно, что в привычном кругу близких,

знакомых, сверстников никаких осечек не было, а вот большое количество незнакомых людей провоцировало генерализованный страх, не позволявший раскрепоститься.

Социальный фактор

Существует очень тесная связь между типом воспитания ребенка и особенностями его психического развития. Наиболее типичные проявления неправильного воспитания:

Неприятие

Между родителями и детьми нет душевного контакта. Ребенок обут, одет и накормлен, а душой его родители не интересуются. Причины этого явления могут быть разными - ребенок родился не того пола, который был желанен родителям, ребенок - помеха карьере родителей, и прочее.

В результате такого воспитания можно вырастить либо агрессивного ребенка, либо забитого, робкого и обидчивого.

Гиперопека

Родители чересчур "правильно" воспитывают ребенка, программируют каждый его шаг. Ребенок вынужден хронически сдерживать свои порывы и желания.

И снова получаем два варианта - ребенок, протестующий против такого положения, что выливается в агрессивность, и ребенок покоряющийся - такой становится замкнутым, отгороженным, а в итоге застенчивым.

Тревожно-мнительный тип воспитания

Если в семье единственное чадо, такой тип встречается часто. Над ребенком дрожат, опекают сверх меры, а это благодатная почва для развития нерешительности, робости, мучительной неуверенности в себе.

"Кумир" семьи (эгоцентризм)

Ребенку внушают, что он - смысл жизни семьи. В такой семье скорее вырастет нахал, а не застенчивый.

В результате искажения семейного воспитания, как правило, вырастают дети с эмоциональными нарушениями полярных типов - агрессивные или застенчивые.

Рекомендации родителям застенчивых детей

Пожалуй, славянским родителям стоит обратиться к опыту еврейских родителей. Детей в Израиле рассматривают как символ жизни и важнейший потенциал нации. Для евреев дети - бесценный дар, а потому и отношение к ним трепетное и бережное. Очевидно, поэтому процент израильтян, назвавших себя застенчивыми (35%), - самый низкий показатель среди 8 стран, обследованных американскими психологами в рамках кросскультурных исследований.

В сознании израильтян застенчивость связывается со слабостью, неспособностью справиться с жизненными трудностями, и поэтому родители прилагают все усилия, чтобы оградить детей от тревожности и чувства собственной неполноценности.

Родители занимают в жизни ребенка основное место. Кто, как не они, должны помочь своим детям в преодолении застенчивости?

Мы уже говорили о последствиях, которые наступают вслед за неправильным воспитанием. Поэтому первое, над чем следует задуматься, - это изменение стиля семейного воспитания.

Известный американский психолог и психотерапевт Луиза Хей написала немало книг, в которых говорит о том, что ребенок относится к себе так же, как относятся к нему родители. Он точно так же себя ругает, как это позволяют себе родители. Он начинает себя не любить, а от нелюбви к себе рождаются все проблемы человека, в частности, болезни. Луиза Хей рекомендует: "Никогда ни при каких обстоятельствах нельзя критиковать себя. Себя нужно любить".

Если мы обратимся к пословицам разных стран и народов, классикам-философам, то всюду найдем мудрые мысли типа: "Сам себя не уважаешь - и другие не будут тебя уважать" (японская пословица), "От недостатка уважения к себе происходит столько же пороков, сколько и от излишнего к себе уважения" (М. Монтень).

Человеку дана одна жизнь, во всяком случае, на земле. Если верить Эрику Берну, жизненный сценарий ребенку задают его родители. И он должен жить именно по своему собственному сценарию, а не ориентироваться на чужие стандарты, которые могут измениться.

Основные задачи родителей:

- Развить у детей позитивное самовосприятие.
- Сформировать уверенность в себе и адекватную самооценку.
- Воспитать у ребенка чувство собственного достоинства.

Все это в комплексе даст возможность состояться продуктивному общению с людьми.

Позитивное самовосприятие

Не допускайте, чтобы ребенок говорил о себе плохо. Известно изречение: "Никогда не говорите о себе плохо, за вас это сделают ваши друзья". Естественно, прежде всего сами не позволяйте говорить плохо о своем ребенке. Ребенок не должен быть таким, как все. Он должен быть самим собой. Помните, что ненависть к себе порождает утрату смысла жизни.

В. Леви, отечественный психотерапевт и психолог, советует, как себя полюбить:

- не сравнивать себя с другими, потому что каждый человек - индивидуальность;
- перестать себя оценивать;
- принимать себя как данность.

Родители могут изменить Я-концепцию (Я-концепция - это самовосприятие) ребенка в

позитивном направлении, если будут соблюдать определенные принципы.

У хороших родителей должны быть в наличии:

- Эмпатия - способность к пониманию ребенка и сопереживанию.

Создайте атмосферу доверия в своем доме, стимулируйте ребенка. Чтобы он говорил вам о своих проблемах, выслушайте его, проявите сочувствие.

Это приведет к тому, что ребенок почувствует, что его понимают и принимают таким, каков он есть. Ведь застенчивый ребенок всегда опасается, что его высмеют и предадут. Этого допускать нельзя.

- Безусловное позитивное отношение - принятие ребенка со всеми достоинствами и недостатками, не давая воли чувству неудовлетворенности и желанию сию же минуту ребенка изменить.

Это, разумеется, не означает безоговорочного одобрения всего негативного, что есть у вашего ребенка. Просто вы должны понимать трудности, которые возникают у ребенка, и принимать ограниченность его возможностей на данной стадии развития.

Не доверяйте чужому мнению о своем ребенке. Часто ребенка ругают, к примеру, учителя. Разберитесь в ситуации и поймите, что могло спровоцировать нежелательное поведение вашего ребенка.

- Искренность - неподдельное выражение своих чувств, естественность.

Ребенок должен испытывать чувство безопасности и непринужденности.

Самооценка и уверенность в себе

У застенчивых детей самооценка низкая. Психологи в психической сфере выделяют важный аспект - самоотношение личности и три подсистемы - самопознание, эмоционально-ценностное отношение к себе и саморегуляцию.

Эмоционально-ценностное отношение - это не что иное, как оценочная функция, которая чрезвычайно важна. Оценочная функция имеет как положительную, так и отрицательную направленность.

Аутосимпатия - это представление личности о себе как о самоценности. И напротив - самонеуважение, эмоциональная неудовлетворенность, недовольство собой свойственны детям с комплексом неполноценности, то есть застенчивым.

1. Повышение самооценки начинается с похвалы.
2. Уверенность в себе вырабатывается за счет успеха. (Успех порождает успех, неудача - неудачу.) Ставьте перед ребенком задачи, которые он может решить.
3. Изменяйте не ребенка, а его поведение. Поведение может быть неадекватным из-за отсутствия необходимых социальных навыков и высокого уровня тревожности.
4. Понижайте тревожность всеми возможными способами. Например, ребенок комплексует из-за того, что у него криво растут зубы. Посоветуйте родителям обратиться к

стоматологу.

Хорошим помощником для снятия тревожности могут быть упражнения на расслабление - релаксация, медитация.

5. Обучайте ребенка навыкам общения. Объясните ему, что для того, чтобы быть интересным для ровесников, нужно много читать, интересоваться явлениями и событиями и таким образом привлечь к себе внимание.

6. Не позволяйте никому насмехаться над ребенком.

Воспитание чувства собственного достоинства

Внушите ребенку, что он не может обладать только негативными качествами (если ему так кажется). Обязательно в нем есть много хорошего. Задача специалиста - найти сильные стороны личности ребенка и помочь ему самому их обнаружить.

В школе педагог или психолог могут поиграть с детьми в такую игру. Ребята садятся в круг, каждый на чистом листе бумаги пишет свое имя и фамилию, после чего листы передают по кругу. Каждый ученик должен написать о каждом своем однокласснике на его листочке что-нибудь хорошее, какое-нибудь положительное качество. Причем комплименты должны быть как можно более конкретными: не просто, что Вася П. - хороший, а, например, он всегда готов прийти на помощь в трудную минуту, у него красивые глаза, он лучше всех в классе подтягивается на перекладине.

Часто для застенчивых детей бывают подлинны открытия - они узнают о себе столько хорошего, обнаруживают у себя массу достоинств, о которых даже и не подозревали. Но ведь недаром говорят: со стороны виднее.

Задача педагогов - научить детей пользоваться достоинствами, не заикливаясь на недостатках, то есть "включать" компенсаторные механизмы. Тогда ребенок поймет: "Да, я слаб в математике, но зато я лучший спортсмен".

Детям можно предложить самовыразиться в какой-то роли. Например, мысленно превратиться в другого человека, поговорить чужим голосом, придумать ситуации и проиграть поступки, не свойственные ребенку.

Возьмите на вооружение ролевые упражнения из книги **В. Леви "Искусство быть другим"**. Обратите внимание на книгу **Т. Л. Шишовой "Застенчивый невидимка"**. В ней содержатся эмоционально-развивающие игры на преодоление застенчивости для детей 5 - 14 лет.

Дети не должны воспитываться пассивными и зависимыми от взрослых. Пусть они выражают свое мнение. Конечно, послушные дети очень удобны, но "соглашатели" убивают собственную личность.

Как можно раньше приучите детей к ответственности за свои поступки и принятию решений. Научите спокойно относиться к ошибкам, на которых учатся все и от которых

никто не застрахован. Ребенок, преодолевший болезненную застенчивость, откроет для себя новый мир, почувствует вкус жизни и будет успешен и счастлив.

Альтернативой наказанию служит поощрение

Современные дети нуждаются в мотивировке не наказанием, но поощрением. Вместо того чтобы сосредоточиваться на последствиях негативного поведения, позитивное воспитание обращается к последствиям позитивного поведения. Наши новые методы мотивируют детей к должному поведению не посредством негативных результатов их действий, но при помощи позитивных результатов.

Не существует более сильного мотива, чем внутреннее стремление **ребенка** к сотрудничеству и желание получить награду. Именно поощрение и признание достижений **ребенка** чаще всего пробуждают его желание сотрудничать. Каждому ребенку хочется, чтобы ему специально уделяли время. Каждый **ребенок** приходит в возбуждение при упоминании о десерте. Каждый ребенок любит подарки. Каждый ребенок с нетерпением ожидает праздника. Любой родитель не раз замечал, сколько тепла, дружелюбия и готовности к сотрудничеству проявляют дети, когда они хотят чего-то и полагают, что получают это.

Когда **ребенок** получает «больше» или предвкушает, что получит, в его душе что-то просыпается и малыш отвечает искренним «ДА!» Ожидание награды дает детям энергию и желание предоставить родителям сотрудничество и помощь, которые тем нужны. Обещание большего вдохновляет к сотрудничеству всех - и старых, и малых. Если вы будете награждать, а не наказывать детей, их стремление к сотрудничеству усилится.

На сегодняшний день без наказаний и угроз воспитаны уже тысячи детей. Родители не наказывали их и при этом надежно контролировали ситуацию в семье. Эти дети не стали неуправляемыми или недисциплинированными, и из них выросли замечательные люди. С другой стороны, многие и многие родители явно потерпели поражение, используя строгие методы, мягкие методы или бросаясь из одной крайности в другую.

Почему эффективны поощрения

Награждая ребёнка за позитивное поведение, мы тем самым фокусируем его внимание на хороших поступках. Наказывая **ребенка**, мы фокусируемся на плохих поступках и как бы поддерживаем идею о том, что дети изначально злы и нуждаются в перевоспитании. Когда мы сосредоточиваемся на плохом, хорошее не получает возможности проявиться и выразиться.

В работе с современными детьми очень важно удовлетворять их потребности и направлять их таким образом, чтобы они учились достигать успеха.

Если мы поощряем **ребенка** за позитивное поведение, он начинает чаще вести себя соответствующим образом. Вместо того чтобы выискивать ошибки **ребенка** и обращать внимание на них, старайтесь «ловить» его на моментах, когда он делает что-то хорошее.

Всякий раз, когда **ребенок** движется в верном направлении, признайте его успехи, и он будет вести себя так же и впредь.

Конечно, нам нужно поправлять детей, но при этом следует меньше сосредоточиваться на негативных характеристиках их поведения и чаще давать им возможность улучшить поведение. Даже исправлять ошибки **ребенка** в позитивном ключе нужно не слишком часто, иначе это потеряет эффективность. Всякий раз, исправив **ребенка**, нужно затем три раза похвалить его за позитивные действия. Чтобы уравновесить негативное, позитивного нужно больше. Дети часто перестают слушать родителей, педагогов поскольку не получают достаточного признания хороших действий.

Ниже мы приводим тридцать три примера, как похвалить ребенка за то, что он сделал что-то хорошо.

Молодец, ты поставил на полку все книги.

Какой у тебя порядок в комнате!

Ты у меня умница.

Это очень мило с твоей стороны.

Мне очень нравится, когда ты говоришь в помещении тихо, как сейчас.

Ты сделал очень хорошее дело.

Ты мне очень помог.

У тебя все прекрасно получается.

Ты сегодня вел себя очень вежливо - просто загляденье...

Не знаю, как бы я без тебя справился

С тобой очень весело играть.

Я тебя люблю. Такое удовольствие быть с тобой!

Прекрасный ход!

Спасибо, что выслушал меня, не перебивая. Ты все сделал, как я сказала. Хорошая работа.

Сегодня ты очень ловко управляешься со столовым прибором.

Ты у меня такой трудяга!

Ты сделал все безупречно.

Ты - замечательный помощник.

Прекрасный рисунок. Мне очень нравится.

Смотри, что ты сделал, — это же просто великолепно.

Хорошо. Ты, как всегда, постарался на славу.

Ты ведешь себя за столом как настоящий джентльмен.

Сегодня вечером ты вел себя просто замечательно.

Я заметил, что ты охотно позволяешь другим детям поиграть твоими игрушками. Это очень хорошо.

Смотри-ка, сегодня ты оделся без посторонней помощи.

Ты сделал это сам от начала и до конца.

Так приятно: стоит попросить тебя о помощи - и ты тут как тут.

Ты проделал огромную работу.

Ты мне сегодня целый день идешь навстречу. Спасибо большое.

Ты так ласково обращаешься с животными.

Спасибо за помощь. Я знаю: на тебя всегда можно положиться.

Ты сегодня замечательно выглядишь!

Отмечая позитивное в **ребенке** и в его поведении, вы помогаете ему видеть в себе успешного и хорошего человека. Это положительное представление о себе не просто побуждает **ребенка** к сотрудничеству, но способствует формированию высокой самооценки, уверенности в себе и в собственных способностях.

Магия поощрения

Позитивное воспитание практикует различные методы поощрения детей к сотрудничеству. Мы просим, вместо того чтобы приказывать. Мы удовлетворяем потребности **детей**, вместо того чтобы пытаться «присмирить» их. Мы выслушиваем **ребенка**, который противится нашей воле, вместо того чтобы читать ему лекции. Если все это не работает, мы поощряем детей к сотрудничеству при помощи наград. Однако пользоваться только поощрениями тоже нецелесообразно. Награды служат **ребенку** хорошим мотивом, но они не дают ему необходимого понимания, структуры, направления и ритма.

Поощрение же особенно полезно тогда, когда у нас нет времени или возможности дать ребенку то, что ему действительно требуется. Бывают случаи, когда мы не в состоянии удовлетворить все потребности **ребенка** или у нас просто нет времени, чтобы дать то, что ему нужно в данной ситуации. В таких случаях можно на некоторое время добиться сотрудничества при помощи поощрения.

Как поощрять детей с разным темпераментом

Давайте рассмотрим на примерах, как по-разному сформулировать одно и то же обещание для детей с разным темпераментом. Рассказывая о предстоящей награде сенситивному ребенку, обратите особое внимание на чувства. Например: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы сможем собрать в саду цветы для мамы. Будет очень весело. Мама любит цветы. Мы соберем целый букет».

Обещая поощрение активному **ребенку**, особо остановитесь на самом действии: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы можем пойти поиграть в сад и собрать букет для мамы. Можно даже притащить стремянку и набрать цветов с дерева».

Говоря с реактивным **ребенком**, обратите внимание на чувственные ощущения. Пусть ваше обещание прозвучит почти как сказка. Например: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. Мы сможем пойти в сад и собрать для мамы красивый

букет. Мы составим его из красных, белых и желтых цветов. Уверен, мы встретим в саду бабочек. Когда мама увидит букет, лицо ее озарится улыбкой».

Обещая поощрение восприимчивому ребенку, не забывайте говорить о времени: «Если ты послушаешься меня сейчас, у меня будет больше времени позже. После школы, когда мы будем возвращаться домой, можно будет собрать в саду букет для мамы. Сейчас мне нужна твоя помощь, и тогда позже у нас будет время сделать букет для мамы».

Конечно, формулировка, соответствующая темпераменту конкретного ребенка, действует лучше, - но можно высказать свое обещание и просто. Суть в том, чтобы объяснить ребенку: если ты побережешь мое время сейчас, я уделю его тебе же позже. Ты поможешь мне сейчас, а позже я сделаю кое-что для тебя.

Примеры поощрений

Ниже мы приводим несколько примеров поощрений родителями, которые можно пообещать **ребенку**. Подумайте, как сформулировать их, чтобы они лучше подействовали на ребёнка. Примите во внимание его темперамент. Подумайте, какие награды в каких ситуациях лучше всего побудили бы данного ребенка к сотрудничеству.

- Если ты, не мешкая, соберешь игрушки, у меня останется время, чтобы сыграть с тобой в карты.
- Если ты поможешь мне прибраться у тебя в комнате, у меня останется время поиграть с тобой.
- Если мы сейчас вместе наведем тут порядок, то сможем потом вместе порисовать.
- Если ты подготовишь школьную одежду на завтра, у нас утром останется время для десерта.
- Если ты быстро оденешься, мы сможем после школы зайти в кафе.
- Чем быстрее ты соберешься, тем быстрее мы вернемся домой.
- Если ты перестанешь болтать, мы сможем вместе выгулять собаку.
- Если ты немедленно заберешься в машину, я найду время, чтобы вечером поиграть с тобой в мяч.
- Если ты послушаешься, то позже я сделаю для тебя то-то и то-то.
- Если ты сейчас же возьмешься за домашнее задание, мы сможем вечером устроить чаепитие.
- Если ты доешь овощи, то я куплю торт к ужину.
- Если ты сейчас же сядешь обедать, после обеда мы сможем попеть вместе.
- Если ты сейчас пойдешь домой, то позже сможешь поиграть в любимую игру.

Если **ребенок** сопротивляется, то вместо того, чтобы отнимать у него что-то, - дайте. Дайте ему что-то, и в нем снова пробудится внутреннее стремление к сотрудничеству. Вместо того чтобы использовать в качестве сдерживающего фактора боль, поощрите его возможностью получить больше.

Поощрения для подростков

Поощрение должно соответствовать возрасту ребенка. Подросткам уже не так важно,

чтобы вы уделяли им время, но у них появляются другие потребности. Им нужны деньги и помощь. Как только подросток начинает зарабатывать и тратить деньги, можно использовать их в качестве поощрения. Не следует предлагать ребенку деньги слишком часто, но если соблюдать меру, такое поощрение оказывается очень эффективным.

Если подросток не желает тратить время на то или иное занятие, родители могут просто предложить ему вдвое больше карманных денег, чем он получает обычно, или сумму, которую ему платят за день работы. Если лишних денег в семье нет, то родители могут предложить подростку свозить его куда-то на машине или помочь с выполнением какой то из его домашних обязанностей.

Некоторые родители поощряют детей за хорошие отметки в школе, и такой подход оказывается весьма продуктивным. Конечно, не всем детям требуется такая мотивация. Можно поощрять успеваемость ребенка деньгами или же - предоставляя подростку больше свободы. Естественно, ребенку можно давать свободу лишь после того, как он завоеует соответствующее доверие, однако высокая успеваемость может быть способом завоевать это доверие. Ведь, принося хорошие оценки, подросток тем самым показывает, что он достаточно ответственный, а значит, ему можно доверять и позволять гулять подольше.

Поощрение подобно десерту

Предлагая ребенку награду, вы тем самым помогаете ему обратиться к той части его существа, которая хочет помогать родителям и педагогам. Ребенка побуждает к сотрудничеству не сама награда. Она лишь пробуждает естественный механизм **самотивации**. Награды и привилегии подобны десерту. Если вы будете есть только десерты, организм не получит всех питательных веществ, которые необходимы для нормальной жизнедеятельности. Одна из причин, почему мы едим десерт в конце трапезы, состоит в том, что сладкое может притупить чувство голода и у нас потом не будет желания есть пищу, жизненно необходимую организму. Подобным же образом, если мы станем полагаться только на награды, то у ребенка пропадет аппетит к сотрудничеству.

Если взрослый человек работает только ради поощрения, значит, чего-то в его жизни не хватает. Он работает только ради того, чтобы получить желаемое, и забывает о своем подспудном стремлении принести пользу людям. У него нет желания выполнить работу по-настоящему хорошо, и человек делает только то, что необходимо для заработка. Это нездоровый подход.

С другой стороны, служить людям, не заботясь о награде или зарплате, когда собственная семья нуждается, - тоже нездоровая позиция. Успешные взрослые люди думают и о себе, и о других. Они стараются что-то изменить в мире и при этом заботятся также об удовлетворении собственных нужд. Соответствующим образом, поощряя детей, мы готовим их быть успешными в зрелости. Детям следует понять, что в жизни мы должны как давать, так и брать. Если ты даешь, ты получаешь. Чтобы больше получить, нужно больше отдать.

Всякий раз, когда мы просим ребенка дать нам немного больше, чтобы потом он получил немного больше взамен, мы преподаем ему очень важный жизненный урок. Ребенок учится заключать сделки и вести переговоры. Он узнает, что, давая больше, он заслуживает большего. И еще - он учится отказываться от сиюминутных желаний ради чего-то более значительного в будущем.

Проблема поведения подростков "группы риска"

Данная проблема особенно актуальна именно с детьми от 10 до 14 – 15 лет. Особое внимание к душевному здоровью подростков, а также к своевременному выявлению и профилактике различных отклонений необходимо по трем причинам.

Во-первых, морфологические и физиологические изменения, приходящиеся на пубертатный период, делают организм подростка более уязвимым и повышают риск соматических заболеваний. Во-вторых, именно в подростковом возрасте впервые проявляются многие нервные и психические заболевания. В-третьих, естественное для этого возраста расширение сферы социальных отношений дает подростку новый социальный опыт, овладеть которым очень сложно.

Категория «трудных» подростков весьма разнородна и обширна, и нет возможностей охватить все варианты трудностей. Поэтому, мы остановимся, только на тех, кто вызывает наибольшее беспокойство родителей и педагогов.

Прежде всего, как фактор риска, следует назвать дисгармоничную семью.

Вторым фактором можно назвать соматические заболевания и тяжелые травмы. Не менее опасны заболевания ЦНС, которые могут вести к возникновению церебрастенических состояний или расстройств, ведущих к личностным изменениям.

Третий фактор риска, - неблагополучная ситуация в отношении подростка со сверстниками.

Первыми рассмотрим подростков с явлениями психической неустойчивости.

Термин **«психическая неустойчивость»** многозначен. Дети описываются под разными названиями: «безвольные», «повышенно - внушаемые», «с неустойчивым настроением».

Клиника синдрома психической неустойчивости детей и подростков в детской психиатрии и дефектологии описана в рамках различных нозологических групп.

К ним относятся остаточные явления раннего органического поражения ЦНС ребенка с «органическим» инфантилизмом, психогенно обусловленное аномальное формирование личности при дефектах воспитания в условиях безнадзорности. У

этих детей отличается отсутствие чувства долга, неспособность тормозить свои желания, подчиняться требованиям школьной дисциплины. Они быстро теряют интерес к занятиям и постоянно нуждаются в стимуляции извне (поощрение, напоминание, перемена видов деятельности). Мало способные к волевому усилию, при затруднениях в учебе они нередко уходят с уроков, катаются на городском транспорте, играют в футбол. Побег из школы и дома являются одной из основных форм защитной реакции, хотя в значительной мере служат удовлетворением инфантильных потребностей.

Таким образом, результаты клинико-психологического исследования показывают, что нарушения поведения у подростков с психической неустойчивостью связаны с аномалией развития по типу эмоционально – волевой, личностной незрелостью. Психологическое исследование выявляет негрубую недостаточность интеллектуальной сферы как в плане ее общей незрелости, так и недостаточности отдельных функций.

В этом случае, психолого-педагогическая коррекция может быть успешной лишь при так называемой поддерживающей медикаментозной терапии, уменьшающей церебрастению, вегетативную дистонию.

При рано сформированной и стойкой микросоциальной и педагогической запущенности нереалистично начинать психолого-педагогическую коррекцию с попыток ликвидации неуспеваемости, это может привести к еще большему протесту. Более актуальные пути, направленные на формирование личностных качеств – правильной самооценки, чувства ответственности и долга, целенаправленной деятельности.

Подростки "группы риска" с преобладанием явлений аффективной возбудимости. Центральное проявление их школьной дезадаптацией – аффективные разряды, направленные на сверстников и взрослых. Склонность к разрешению конфликтов путем агрессии делает такого подростка опасным для окружающих. Данные педагогических характеристик и психологического исследования указывают на педагогическую запущенность, недостаточную сформированность общих знаний и представлений, отставание в речевом развитии, выраженное отрицательное отношение к учебе, установку на физический труд. Все это относится к социальным факторам. К биологическим факторам, способствующим аффективной возбудимости, относится ускоренный половой метаморфоз с бурным физическим ростом. В генезе аффективной возбудимости определенное место принадлежит легкой органической недостаточности нервной системы. Декомпенсация поведения по типу аффективной возбудимости является как бы «болезнью роста».

Проблемы поведения подростков с ЗПР.

Важность проблемы, рассмотрения подростков с ЗПР, определяется как рядом трудностей в поведении, часто возникающих у этих детей в подростковом возрасте и нуждающихся в лечебно-педагогической коррекции, так и необходимость дифференциации трудовой подготовки.

Сравнивая клинико-психологическую структуру «трудных подростков» и подростков, не входящих в группу риска, можно сделать следующие выводы, отражающие патогенез нарушений поведения.

1. Нарушения поведения обнаруживают связь с различными видами неполноценности ЦНС, отсюда нарушение познавательной деятельности, эмоциональная незрелость, отклонение темпа полового созревания.

2. В формировании нарушений поведения бесспорная роль принадлежит социальному фактору, неблагоприятным условиям воспитания и окружения, неадекватным условиям обучения, явлениям микросоциальной и педагогической запущенности.

3. Значительная часть нарушений имеет и половые различия в расторможенности влечений у мальчиков чаще выступает склонность к алкоголизации, побегам, агрессии, у девочек – повышенная сексуальность.

Формирование нарушений поведения тесно связано и с явлениями педагогической запущенности.

Анализ нарушений у подростков с ЗПР подтверждает мнение о роли благоприятных условий обучения и воспитания в профилактике декомпенсации поведения. В условиях специального обучения асинхрония развития, свойственная психическому инфантилизму, в значительной мере сглаживается за счет целенаправленного формирования как личностных свойств, так и навыков произвольной деятельности.

Характеристика рассмотренных нами детей "группы риска" может помочь нам в следующем наиболее важном этапе – это разработка методов психолого-педагогической коррекции, дифференцированной в зависимости от того или иного типа нарушения поведения у подростков

Организации комплексного подхода к преодолению поведенческих нарушений у детей.

Организация обучения и воспитания детей с нарушениями поведения должна осуществляться всесторонне, только тогда она будет эффективна. Врач психоневролог,

дефектолог, психолог, логопед, социальный педагог. Некоторым детям требуется медикаментозная терапия, которую осуществляет только специальный врач.

Основными направлениями деятельности психолога являются оптимизация общения ребёнка или подростка со сверстниками и взрослыми, формирование у него чувства собственного достоинства и уверенности в себе, развитие умения ставить перед собой цели и владеть собой. В своей работе психолог должен использовать такие методы, как наблюдение, беседа с родителями и учителями, с самими детьми или учащимся - проективные методы (например, рисунок «семья», незаконченные предложения). Если с родителями и педагогами установились доверительные отношения, если они нацелены на сотрудничество с психологом для оказания помощи ребёнку, можно использовать различные методики, обучающие рефлексивному анализу своей деятельности как родителя, воспитателя и учителя.

Различные диагностические приемы, такие как, портрет моей семьи, несуществующее животное и др., помогают психологу выявить прежде всего возможные причины дезадаптивного поведения ребёнка, характер внутренних проблем, особенности защитных механизмов.

Практический психолог должен применять в работе с такими детьми различного рода тренинги и аутотренинги. Так как у детей "группы риска" наблюдаются нарушения в познавательной деятельности, то работа дефектолога будет заключаться в развитии у этих детей таких процессов, как внимание, памяти, мышления, развития восприятия и ориентировки в пространстве, использовать в своей работе коррекционные упражнения, направленные на развитие образного, логического мышления, формирование приемов самоконтроля.

В задачу логопеда будут входить следующие направления работы: обследование состояния речи этих детей, работа по исправлению звукопроизношения, развитие словарного запаса (как правило, у этих детей отличается общее недоразвитие речи), устранение оптической дисграфии и дислексии, восполнение пробелов по русскому языку.

Большая роль в работе с детьми "группы риска" отводится социальному педагогу. Он должен изучать совместно с практическим психологом медико-психологические, возрастные, личностные особенности детей, их способности, интересы, отношение к школе, учебе, поведение, круг общения, выявлять позитивные и негативные влияния в структуре личности ребёнка.

Социальному педагогу важно знать о материальных и жилищных условиях подопечных, ему необходимо систематически анализировать те или иные жизненные коллизии, для того чтобы помочь ему и педагогам найти правильные пути решения и выхода из неблагоприятных ситуаций. Он должен взаимодействовать с различными

социальными службами, оказывая необходимую помощь детям. Немаловажным компонентом деятельности социального педагога является своевременное формирование у детей социально значимых межполовых отношений, так же социальный педагог организует правовое просвещение среди педагогов, учащихся, разъясняя им их права и обязанности.

Воспитатели должны находиться в тесном сотрудничестве с педагогами и родителями таких детей. Для преодоления пагубных привычек использовать беседы, проводить интересные мероприятия для вовлечения этих детей в коллектив. Завершая разговор о детях "группы риска", уместно выделить несколько общих правил, которые необходимо соблюдать в работе с этой категорией детей.

Во-первых, ответственность педагога здесь особенно велика, поскольку от правильности и точности выводов во многом зависит судьба ученика. Любая догадка (например, о необходимости обращения к другим специалистам за помощью) должна быть тщательно проверена в диагностической работе.

Во-вторых, необходимы особая осторожность и продуманность в тех случаях, когда требуется рассказать другим людям о проблемах ребенка. Для этого следует отказаться от клиничко-психологической терминологии и использовать лишь обыденно – житейскую лексику. При этом необходимо давать родителям и другим учителям ясные и точные рекомендации, как помочь ребенку, испытывающему трудности.

В-третьих, следует обращать особое внимание на особенности семейной ситуации. Работа с семьей ребенка "группы риска" оказывается зачастую более важным средством психопрофилактики, чем работа с группой детей и с учителями. Соблюдение этих условий дает возможность помочь ребенку, создать условия для компенсации трудностей.

**СОПРОВОЖДЕНИЕ АГРЕССИВНОГО РЕБЕНКА
(РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ)**

специалист проявление	психолог	воспитатели	дефектолог	врач	родители
Ослабленный самоконтроль и саморегуляция	Научить контролю собственных агрессивных устремлений и выражению их в приемлемой форме, познакомить с методами саморегуляции	Осуществлять внешний контроль, Ограничивать отвлекающие факторы	Осуществлять внешний контроль, ограничивать отвлекающие факторы		Учитывать индивидуальные особенности
Коммуникативные трудности	Отработка навыков общения в возможных конфликтных ситуациях	Ограничивать совместные игры	Способствовать установлению контактов		Показывать пример эффективного взаимодействия
Эмоциональные нарушения	Формировать эмпатию и доверие	Учить прямо заявлять о своих чувствах	Учить прямо заявлять о своих чувствах	Коррекция невротических проявлений	Предоставлять возможность выражать гнев в приемлемой форме
Повышенный мышечный тонус	Обучить релаксации и психогимнастике	Чаще использовать тактильные контакты	Чаще использовать тактильные контакты	Коррекция гипертонуса	Использовать тактильные контакты, игры с водой, песком и мягкими материалами

**Сопровождение гиперактивного ребёнка
(рекомендации по результатам диагностики)**

специалист проявление	психолог	воспитатели	дефектолог	врач	родители
Высокая отвлекаемость	Включение в группу развития внимания Развивать дефицитарные функции	Ограничивать отвлекающие факторы Чаще менять виды деятельности	Ограничивать отвлекающие факторы Чаще менять виды деятельности	Коррекция СДВ	Во время занятий с ребенком концентрироваться на деятельности
Импульсивность	Корректировать негативные стороны поведения	Не требовать большой аккуратности в начале коррекционного пути	Не требовать большой аккуратности в начале коррекционного пути	Коррекция гиперактивности	Поощрять желаемое поведение
Высокий мышечный тонус	Обучить релаксации	Организовывать спокойные игры	Организовывать спокойные игры	Коррекция невротических проявлений	Чаще использовать тактильные контакты, совместное чтение
Снижение самооценки вследствие частых порицаний	Создавать положительную мотивацию и чувство успеха	Способность к формированию чувства успеха	Способность к формированию чувства успеха		Давать посылы и благодарить за их выполнение

Что делать, если ребенка обижают другие дети

За что ребёнок обижают?

Конечно, ни один ребенок не заслуживает пренебрежительного отношения к себе - любое дитя уникально и обладает своими достоинствами. Но маленькому человечку далеко не всегда легко проявить в коллективе свои сильные стороны, ведь сверстники гораздо охотнее обнаруживают его слабости. Какие? Это могут быть плохая физическая подготовка, неопрятный или не модный вид, низкая успеваемость, излишняя полнота и так далее. Возможно, ребенок часто болеет, пропуская школу или детский сад, поэтому никак не станет своим в классе или группе. У некоторых детей сложный характер: они слишком пассивны, неуверенны в себе или чувствительны и ранимы. Так или иначе, у маленьких "изгоев" копится обида на сверстников, чувство одиночества, зависть к другим детям. Несчастный ребенок замыкается в себе, начинает обманывать, хвастать, ябедничать или втихомолку мстить обидчикам.

Нужна ли поддержка?

Иногда в отношении детей лучше не вмешиваться, но это - не тот случай. Сначала разберись в причинах непопулярности ребенка и попытайся их устранить. Может, он выглядит не слишком современно? Займись его гардеробом и внешностью. Слишком слаб физически? Заинтересуй его каким-нибудь видом спорта. Плохо учится? Привлеките нужного специалиста. Недооценивает себя? Помогите ему обрести уверенность в своих силах и способностях. Подчеркивайте его достоинства при каждом удобном случае, не скупитесь на похвалу и не забывайте, что ребёнок смотрит на себя глазами окружающих.

Азбука общения.

Следующий этап - обучение ребёнка навыкам взаимоотношений с другими людьми: большей активности, дружелюбию, умению постоять за себя, а когда нужно - сдержаться и уступить. Чем увереннее чувствует себя ребенок, тем легче даются ему эти навыки. Нелишним будет попросить классного руководителя или воспитательницу поддержать ребёнка, задействовать в каком-то важном деле, что повысит его престиж в глазах остальных. Но нельзя исключать и того, что в детском коллективе на самом деле сложилась слишком нездоровая обстановка, и тогда лучше будет перевести ребенка в другую школу или детский сад.

Все дети мечтают быть самыми лучшими - но как продемонстрировать окружающим собственные достоинства? Из боязни быть отвергнутым далеко не каждый ребенок способен открыто претендовать на лучшую роль в игре или другой коллективной деятельности.

Устройте им такую возможность. Организуйте какое-нибудь общее мероприятие: детский праздник, загородную вылазку. "Своя" территория, "свой" взрослый, возможность получить выгодную роль и справиться с ней - вот что нужно ребенку, чтобы почувствовать себя в безопасности и раскрыть свои таланты.

Как избежать проблем поведения.

Если ребёнок ещё не достиг того возраста, когда дисциплина становится предметом споров и разногласий, или же если вы устранили одну проблему и хотите избежать другой, вот несколько рекомендаций, как, справляться с естественным непослушанием, чтобы оно не переросло в проблему поведения.

1. Старайтесь всегда обращать внимание на хорошее поведение ребенка и хвалить его. Конечно, проще отнестись к тем периодам, когда ребенок ведет себя «примерно», как к лишней возможности отдохнуть, сесть перекусить, полить огород, почитать книгу или расслабиться, чтобы набраться сил. Вы *можете* этим заняться, но все же постарайтесь отдать часть своего внимания ребенку — скажите ему доброе слово, погладьте по головке, проходя мимо, прокомментируйте его игру, подскажите какой-нибудь «новый ход». Такая нарочитая похвала за хорошее поведение на первых порах может показаться вам неуместной, но очень скоро это войдет у вас в привычку. Вам, действительно, стоит делать это, ведь столько проблем возникает просто из-за неудовлетворенной потребности во внимании.

2. Ваши правила должны быть четкими, простыми и неизменными.

Проверьте, хорошо ли представляет себе ребенок, что вам нравится в его поведении, а что нет. Делайте скидку на его возраст и уровень умений, но как только вы будете четко знать, что ребенок *может* выполнять определенное правило - сразу дайте ему понять, что это именно то, чего вы от него ждете. Конечно, маленький хитрец будет проверять ваши правила «на прочность», поэтому вам следует заранее продумать вашу реакцию на возможную проверку. Пусть ребенок гордится собой, когда сам вспомнит те правила, которые вы установили.

3. Давайте позитивные указания. Жизнь с непоседливым дошкольником может показаться бесконечной чередой запретов — «Не делай этого», «Не трогай то», «Прекрати» и во главе всего этого будет «НЕТ». Если эти фразы наводят тоску на вас, то уж тем более на ребенка. Со временем все эти «нет» и «не делай» будут влетать ему в одно ухо и вылетать из другого. Поэтому формулируйте свои указания иначе - говорите ребенку то, что ему *следует* делать. Они будут звучать позитивно и более разнообразно (и, следовательно, будут интереснее). Если вы оставите свои «нет» и «нельзя» для критических ситуаций, они будут иметь больший вес.

4. На разные проявления непослушания ребенка реагируйте по-разному. Если на любое проявление непослушания вы будете реагировать одинаково жестко, у вас ничего не останется «про запас» на случай, когда возникнет действительно серьезная ситуация (например, угроза безопасности ребенка). Хорошо, если у вас будет достаточно большой

диапазон реакций, и в каждой конкретной ситуации вы будете использовать наиболее «мягкий» вариант, из тех, которые могут оказаться действенными. Некоторые из них в этой главе мы уже обсуждали, но если нежелательное поведение ребенка еще не закрепилось, можно подумать и о таких решениях:

- **Перестановка предметов:** Уберите определенные вещи подальше от ребенка или измените их расположение в комнате, чтобы исключить для него соблазн ими воспользоваться. Этот прием особенно хорошо применим по отношению к маленьким детям, когда ребенок еще не видит разницы между маминым дорогим фотоаппаратом и своим игрушечным, или между учебниками сестры и своим альбомом для «каляк».
- **Игнорирование поступка:** Если действие ребенка не производит никакого эффекта, то он, может быть, и не повторит его. Даже если вам и придется вмешаться, вы можете сделать это, не глядя на ребенка или не разговаривая с ним. Если с этим поступком связан еще один ребенок (который не был виноват), обратите на него все свое внимание, демонстративно не замечая провинившегося.
- **Предложите другое занятие:** Дав ребенку позитивное указание, вы можете отвлечь его от проказа и занять чем-то более полезным.
- **Твердое «Нет»:** Резко сказанное «Нет!» или «Перестань!» может отвлечь ребенка от того, что он делает или собирается сделать, так что в этот момент вы сможете предложить ему другое, позитивное занятие. Не повторяйте своего «Нет» - если оно способно подействовать, то подействует сразу. Мягкость в этот момент может породить глухоту.
- **Напоминание:** Дайте ребенку шанс исправиться самостоятельно. Напоминания типа «Что папа только что сказал?» или «А какое у нас правило насчет ножей?» дадут ребенку возможность подумать еще раз.
- **Лишение удовольствий:** Этот способ лучше всего помогает при работе с детьми постарше, но его можно применить и тогда, когда не слушается маленький ребенок, но только если лишить его удовольствия сразу. Если в ответ на провинность, совершенную в начале обеда, вы объявите, что «сегодня мороженого не будет», то эта мера может не возыметь действия, в то время, как лишение сладкого за провинность, допущенную тогда, когда все приступают к десерту, может заставить ребенка задуматься.
- **Временная изоляция:** Это означает, что ребенка ненадолго удаляют (см. таблицу)
- **Физическое наказание:** Его всегда можно избежать, но многие родители считают, что в некоторых обстоятельствах оно оправдано. Не забывайте, что если вы будете регулярно шлепать ребенка, то он может решить, что это нормальный стиль поведения: «Если папа меня шлепает, почему бы и мне это не сделать?» Сохраните такое наказание для потенциально опасных ситуаций, например, для случаев, когда ребенок выбегает на дорогу.

Всегда избегайте:

- споров о правилах;

- криков (пока вы в состоянии с собой справиться); изменения своего решения;
- остановок на полпути;
- наказания типа «зуб за зуб» («Ты ущипнул меня, поэтому я сделаю то же самое»).
- Все это может только ухудшить положение, к тому же есть столько альтернативных вариантов.

5. Объясняйте ребенку, что вам не нравится то, что он делает, но его самого вы любите.

Не всем родителям нужно об этом говорить, но ребенка довольно легко ввести в заблуждение, даже не желая этого. Чувства должны быть выражены словами, понятными ребенку. Между словами «Ты будешь сидеть у себя в комнате, потому что ты непослушная девочка» и «Ты будешь сидеть у себя в комнате, потому что ты вылезла из окна» - огромная разница.

Таблица. Реакция на нежелательное поведение ребёнка.

Оставить поведение ребенка без внимания

Такая реакция может быть очень эффективной, если поведение ребенка имеет целью привлечь к себе внимания. Даже если вам придется убирать «следы преступления» своего ребенка или прикасаться к нему, вы можете делать это отстраненно, не глядя на него и не выказывая своих чувств. Может быть, для этого вам понадобится немного артистизма! Иногда такая реакция бывает просто невозможна. Если, к примеру, ваш ребенок щиплет ребенка, вряд ли можно рассчитывать на то, что ребенок проигнорирует такую «забаву», и, значит, реакция будет бурной.

Лишить каких-то удовольствий

Этот способ обычно оказывается более эффективным по отношению к детям постарше. Если вы намерены повести себя так с маленьким ребенком, действовать нужно немедленно (например, сразу же после провинности удалить ребенка из-за обеденного стола) и дать понять ему, за что его наказали.

Временно изолировать

Ребенка отрывают от того, чем он занят и уводят, оставляя одного на некоторое время, скажем, на 5 минут, или пока все не успокоится. По возможности, это нужно делать спокойно. Ребенку следует сказать, за что его оставляют одного, но больше ничего не говорить. Можно сажать ребенка на специальный стул или ставить в угол - это иногда помогает, однако ребенок может начать кривляться, так что другим людям (особенно детям), находящимся в той же в комнате, будет очень трудно игнорировать его выходки. Как правило, лучше уводить ребенка в другую комнату, например, в его спальню. Вы не собираетесь пугать ребенка, поэтому не стоит закрывать его в комнате, если ему там на самом деле страшно. Но будьте настойчивы в одном — ребенок должен оставаться в комнате один до тех пор, пока вы сами не придете и не разрешите ему вернуться. Если он плачет или сердится, сделайте вид, что не слышите. Придите к нему, когда услышите, что он начал успокаиваться. Если ребенок увлеченно играет в своей комнате, это вовсе не значит, что он «побил вас вашим же оружием» - он может все еще помнить о том, что в его поведении не было ничего хорошего. Так ли это - время покажет. Как бы ребенок относился к этому наказанию, продолжайте действовать так, по крайней мере, две недели. Если через две недели вы заметите, что те поступки, с которыми вы боретесь, стали появляться реже, значит метод «временной изоляции» эффективен. Если нет - попробуйте другой метод. Доктор Кристофер Ерин (Christopher Green) в своей книге *«Воспитание детей, начинающих ходить» (Fodder Taming, 1984)* отмечает, что временная изоляция может быть очень полезной, когда нужно разъединить стороны, готовые вот-вот взорваться, т.е. этой мере отводится роль средства, дающего быстрый эффект изменения нежелательного поведения. Оценка доктора Ерина заслуживает внимательного рассмотрения.

Другие неприятные для ребенка меры

В конечном счете, выбрать меры, от которых у ребенка пропадет желание вести себя неподобающим образом, должны вы сами. Один из критериев при выборе этих мер - их действенность, но нужно учитывать и другое. Если вы регулярно шлепаете ребенка, он может решить, что так вести себя может и он, и вот он сам уже шлепает своего младшего братика или даже дает сдачи вам. Это же относится и к наказанию «зуб за зуб» - «Ты дергаешь меня за волосы, тогда и я буду тебя дергать». Иногда родителям кажется, что их реакция будет неприятна ребенку, а на деле оказывается наоборот. Хороший пример этому - крик: ребенку может понравиться наблюдать за тем, как родители выходят из себя! Нелегко выбрать такой подход, который был бы эффективным и не создавал новых проблем (как постоянные шлепки). Но ответ есть. В Центре Маккуэри Сидней наиболее успешно применялись упомянутые в таблице наказания «оставить без внимания» (в не слишком трудных случаях) и «временная изоляция». Может быть, вам стоит начать с них. Всегда следует помнить, что ваша цель не столько наказать ребенка, сколько *научить* его больше *не* вести себя неправильно. Если вы будете рассуждать именно так, вы всегда будете на стороне своего ребенка, и для вас обоих процесс исправления поведения будет более легким.

Диагностика леворукости

Традиционно после 5 лет используют тесты для выявления леворукости:

1. переплетение пальцев рук (какой большой палец сверху)
2. поза Наполеона (какая рука сверху)
3. аплодирование (тест для взрослых)
4. проба на одновременные действия обеих рук (рисование круга, квадрата, треугольника) – у ведущей руки более четкие линии, отсутствие тремора – можно проводить с закрытыми глазами
5. оценка скорости движений (за 10 сек.)
 - постукивание указательным пальцем по столу
 - отмирование точек на листе

Задание выполняется трижды, подсчитывается среднее число

6. измерение силы ручным динамометром (из трех попыток)

Набор тестов М. Озьяс (французская исследовательница):

1. завинтить крышки на бутылках
2. зажечь спичку
3. разрезать бумагу ножницами
4. накалывание, нанизывание (вставляется стержень в отверстие, нанизываются пуговицы, бусины)
5. почистить обувь щеткой
6. намотать нитку на катушку
7. перелить воду из одного сосуда в другой
8. попасть иголкой в небольшую точку
9. отвинтить гайку
10. сложить мелкие детали в узкий цилиндр
11. разложить (раздать) карточки
12. проколоть дырочки (5-6 ударов)
13. стереть ластиком изображение
14. продеть нитку в иголку
15. стряхнуть с себя соринки, пыль
16. капнуть из пипетки во флакон
17. достать бусинку ложкой из стакана
18. позвонить колокольчиком
19. закрыть-открыть молнию на сумке
20. взять стакан и сделать несколько глотков

Все действия непривычны и нетренированы.

При определении (выборе) ведущей руки показательными считаются задания:

№№ 2,4,7,11,12,13,15,16,17,18**Набор тестов Князевой-Вильдавского:**

1. рисование (правой и левой рукой) – качество выполнения
2. открывание коробочки («найди спичку») – 3-5 коробочек
3. колодец из спичек (активная рука)
4. игра в мяч (активная рука)
5. вырезание по контуру (активная рука - не обязательно та, которая держит ножницы)
6. нанизывание бисера на иголку
7. выполнение вращательных движений (открывание пузырьков)
8. развязывание узелков (шнур средней толщины)
9. построение из кубиков дома

Протокол:

Тест	Правая рука	Обе руки	Левая рука
1	+		
2		+	
3			+

Список используемой литературы

1. Стротюк А. Л. «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам». – М.: ТЦ Сфера, 2002.
2. Мамайчук И.И. «Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии». – СПб.: Речь, 2004.
3. Заваденко Н.Н. «Как понять ребёнка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания». – М., 2000.
4. Шевченко Ю.С. «Коррекция поведения детей с гиперактивностью и психопатоподобным синдромом». – М., 1997
5. Слободяник Н.П. «Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2004.
6. Акопов Г.В. и др. «Эмоциональная саморегуляция» - Самара.: СамИКП, 2002.
7. Шуаре М. О. Возрастная и педагогическая психология. М.: 1992.
8. Шухова Е.В. Реабилитация детей с заболеваниями нервной системы. - М.: Медицина, 1979.
9. Эберлейн Г. Страхи здоровых детей: Практическое пособие для родителей. - М.: Знание, 1981.
10. Юн Г. Дети с отклонениями. К.: 1987.
11. Якобсон П.М. Эмоциональная жизнь школьника. - М.: 1966
12. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Яр.: 1996.
13. Лабунская В. А. Невербальное поведение. Ростов: 1986.
14. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети. Основы диагностической и коррекционной работы психолога. М.: АРКТИ, 2000.
15. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Руководство по психологической диагностике. Дошкольный и младший школьный возраст. М.: АПКИПРО (Интегративная психология), 2000.
16. Асеев В.Г. Возрастная психология: Уч. пособие. - Иркутск, 1989
17. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - М., 1968.
18. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения. М., 1990.