

Правила работы с гиперактивными, агрессивными и тревожными детьми

Каждый ребенок имеет свои поведенческие особенности и трудности в поведении, требующие индивидуального подхода.

Гиперактивный ребенок – это ребенок с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), неврологическими и поведенческими нарушениями, развивающимися в детском возрасте. Поведению гиперактивного ребенка свойственны неусидчивость, отвлекаемость, трудности концентрации внимания, импульсивность, повышенная двигательная активность и т. д. Имейте в виду, что гиперактивные дети очень ведомые, поэтому требуют очень пристального внимания от Вас.

Причиной, вопреки распространенным мифам, являются особенности строения и функционирования головного мозга. Настоящая причина состоит либо в генетических факторах (в преобладающей части случаев), либо в перинатальном поражении центральной нервной системы. Именно поэтому СДВГ — это нарушение развития, а не просто «невинные» особенности темперамента ребенка, и его проявления присутствуют с раннего детства, не приобретаются со временем и не носят временный характер.

Для благополучного развития гиперактивного ребенка Вам нужно соблюдать следующие условия:

1. Соблюдайте жесткий режим дня ребенка: а) полноценный качественный сон; б) приемы пищи; в) прогулки.

2. Введите ритуалы отхода ко сну.

3. Не нагружайте дополнительными упражнениями на развитие памяти, внимания и т.д.

4. Ребенок должен как можно больше времени гулять, почти в любую погоду.

5. Не разрешайте пользоваться компьютером.

6. Осваивание приемов заучивания стихов.

7. Два раза в год водите ребенка на прием к неврологу.

Ученый Росс Кэмпбелл, считает, что родители гиперактивного ребенка часто допускают три ошибки в воспитании.

Сформулированные им ошибки – «западни»:

3 ападня	Содержание	Пути преодоления
№ 1	Недостаток эмоционального внимания, часто подменяемого медицинским уходом.	Больше общаться с ребёнком, вникать в его проблемы, играть вместе с ним в его детские игры, беседовать «по душам».
№ 2	Недостаток четкости в воспитании и отсутствие надлежащего контроля за поведением ребёнка.	Составить список запретов и чётко следовать ему. Составить список: что должны проконтролировать родители (сегодня, завтра, через неделю).
№ 3	Неумение воспитывать в детях навыки управления гневом.	Работу с гневом родители могут осуществлять, используя *«Лестницу гнева»



Агрессивность – свойство личности, отражающее склонность к агрессивному реагированию, которое возникает во время конфликтной, либо просто незнакомой ситуации.

Агрессивные дети попадают в замкнутый круг, они проявляют агрессию чаще всего из-за нехватки любви и понимания со стороны близких, но из-за своего поведения они отталкивают окружающих, вызывая негативные эмоции, которые снова вызывают агрессию у ребенка. Применение наказаний не искореняет агрессию, а только усиливает детскую агрессивность.

Причины возникновения агрессии:

- Если ребенок обделен вниманием, его чувства никого не волнуют.
- Новые обстоятельства жизни — развод или расставание родителей, появление в семье новорожденного, выход мамы на работу.
- Ребенок слишком много времени проводит перед телевизором, компьютером.
- Нарушение режима питания, рациона ребенка.
- Частые наказания приводят к демонстрации такой же модели поведения.
- Социально-экономическая нестабильность в семье (родители боятся потерять работу, либо уже потеряли ее, кому-то из них урезали заработную плату).
- Страх. Многие родители даже не подозревают, что их ребенок сильно чего-то боится. Между тем именно подавленные, загнанные глубины сознания страхи часто заканчиваются истериками.
- Запреты. Авторитарные родители склонны подавлять своего ребенка, он без конца слышит от них «нельзя», «нет», «надо».
- Дошкольник может отстаивать свою территорию, границу своей личности от навязчивого внимания взрослых, или старших детей.
- Ссоры между родителями, другими членами семьи не проходят бесследно для малыша.
- Малыш старается доказать свою независимость, самостоятельность. Особенно часто это происходит с трехлетками, которые только что научились одеваться, надевать обувь.
- Высокое эмоциональное напряжение, за которым почти неизбежно следует взрыв — плач, истерика.

Способы регулирования агрессивного поведения ребенка:

1. Обратитесь к ребёнку по имени. Установите зрительный контакт с ребёнком (убедитесь, что он вас видит и слышит). Назовите чувства ребёнка спокойным голосом, выразите принятие его эмоциональных переживаний (пример: «ты сильно рассердился»).

2. Энергично, убедительно, но спокойно установите ограничение на агрессивные действия (пример: «нельзя бить маму»).

3. Предложите ребёнку приемлемые способы выражения гнева, в том числе, через активные физические действия (примеры: «можно порвать бумагу», «можно бить подушку», «можно бросить мяч в землю» и т.д.).

4. Предложите ребёнку несколько раз сделать глубокий вдох и медленный выдох, умыться холодной водой, попить.

5. Не давайте сразу негативную оценку поведения ребёнка - его действия имеют причину. Предложите ребёнку рассказать о том, что случилось.

6. Установите атмосферу честности и доверия. Поделитесь своими чувствами (примеры: «я сильно расстроена», «мне очень неприятно, что это произошло»). Предположите, что с ребёнком что-то случилось и ему нужна помощь. Выразите готовность помочь, если он расскажет обо всём.

7. Обратитесь к педагогу-психологу, если агрессивное поведение ребёнка приобретает систематический характер.



Тревожность — «устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении длительного времени», переживание эмоционального дискомфорта, предчувствие грозящей опасности (Прихожан А.М.). Чувство тревоги может возникать в конкретных ситуациях («частная» тревожность), но может и являться некоторым фоном жизни ребенка («общая» тревожность).

Причины тревожности:

- Переживание болезни, разлуки с близкими.
- В семье происходят значимые перемены (рождение второго, третьего и т.д. ребенка, смерть одного из родителей, развод или наоборот брак).
- Разный стиль воспитания у родителей.
- Гиперопека со стороны родителей.

- Нет разумного распорядка дня, традиций, ритуалов.

-Директивные методы воспитания.

- Родители дают ребенку множество тревожных посылов: "Ты плохой... У тебя не получится... У тебя все и всегда неправильно..."

-Ребенок сильно "привязан" к родителям, что без них он теряется и даже если хочет справиться с каким-либо простым заданием.

Рекомендации родителям:

1. Необходимо понять и принять тревогу ребенка, он имеет на нее полное право.

2. Помочь ребенку в преодолении тревоги — значит создать условия, в которых ему будет не так страшно. Если ребенок боится засыпать в темноте, пусть засыпает при свете, если боится спросить дорогу у прохожих, спросите вместе с ним. Таким образом вы показываете ему, как можно решать тревожащие его ситуации.

3. Делайте вместе с ребенком, но не вместо него.

4. Можно поделиться своей тревогой, но лучше в прошедшем времени. Боялся, но потом удалось сделать то-то и то-то.

5. Надо готовить ребенка к переменам, рассказывать, что его ждет.

7. Если не удастся разговаривать ребенка, но вы подозреваете, что его что-то гнетет, поиграйте с ним. Спросите, например, чего бояться солдатики или куклы? А как им помочь преодолеть страх?

8. Быть самим более оптимистичными. Следить за выражением своего лица. Улыбайтесь чаще. Убеждайте ребенка, что все будет хорошо.

9. Если ребенок напряжен, предложите ему упражнение для расслабления: глубокий вдох, улыбнуться, представить что-то приятное. На приеме у зубного врача можно подумать о том, что будет, когда все закончится: пойдём домой, купим мороженого, все будет позади.



Для любого ребенка самое важное – Ваше внимание и любовь!

Использованные источники:

1. Департамент образования Ярославской области / ГУ ЯО «Центр профессиональной ориентации и психологической поддержки «Ресурс». Практическое руководство для педагогических работников по работе с детской агрессией в ДОО
2. Кравцова, М.М. Тревожные дети / Школьный психолог. – 2003. – №19.
3. Романчук, О.И. Синдром дефицита внимания и гиперактивности у детей. М: Генезис, 2010.
4. Скорик, Е. Д. Агрессивное поведение детей дошкольного возраста / Е. Д. Скорик. – // Молодой ученый. – 2018. – № 51 (237). – С. 194-196.