

## КОНСУЛЬТАЦИЯ

### «Как справиться с трудным ребёнком»

Рекомендации для педагогов детского сада.

Составил педагог-психолог  
МБДОУ «Детский сад №42 «Аленький цветочек»  
Шамсутдинова Марина Владимировна

<b>«Гиперактивные дети»</b> <i>Гиперактивность (СДВГ) – медицинский диагноз, который вправе поставить только врач</i>	<b>«Агрессивные дети»</b>	<b>«Тревожные дети», « замкнутые дети»</b>
<p>Гиперактивный ребенок привлекает к себе внимание, прежде всего чрезмерной подвижностью, неусидчивостью, невнимательностью и импульсивностью реакций. Он постоянно дергается, крутит что-то в руках, не может усидеть на месте, отвлекается сам и отвлекает сверстников.</p> <p>Признаки гиперактивного ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Неспособный сосредоточиться на деталях;</li><li>- Ошибается по невнимательности;</li><li>- Неспособный доводить до конца задания;</li><li>- Постоянно отвлекается на посторонние раздражители;</li><li>- Постоянно что-то забывает;</li><li>- Не может дождаться своей очереди.</li></ul> <p>Причины возникновения гиперактивности:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Генетические факторы;</li><li>- Родовые травмы;</li><li>- Изнуряющие соматические заболевания;</li><li>- Инфекционные заболевания, перенесенные ребенком в первые месяцы и годы жизни;</li><li>- Психосоциальные проблемы</li><li>- взаимоотношения в семье, тип семейного воспитания.</li></ul> <p>элементы массажа, поглаживание.</p>	<p>Они нападают на детей, обзывают и бьют, отбирают и ломают игрушки, становятся источником беспокойности родителей и воспитателей.</p> <p>Агрессивный ребенок часто чувствует себя отверженным, ненужным. Поэтому он и ищет способы привлечь внимание взрослых и сверстников к своей проблеме.</p> <p>Агрессивные дети очень часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за содеянное на других. Такие дети часто не понимают собственной агрессивности. Они не замечают, что вызывают у окружающих страх и беспокойность. Им, наоборот, кажется, что весь мир - против них. Дети не умеют ждать, уступать, делиться. Им трудно ужиться в детском коллективе.</p>	<p>1.Постоянно испытывают угрозу, пугливы, растеряны, не могут долго работать, быстро устают, трудно сосредотачиваются, какое - либо задание вызывает чрезмерное беспокойство, при выполнении задач очень напряжены, скованны. У них высокие требования к себе, они очень самокритичны. Для тревожных детей характерны соматические проблемы: боли в животе, головные боли, спазмы в горле, затрудненное поверхностное дыхание, учащенное сердцебиение.</p> <p>Причины тревожности</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- нарушение взаимоотношений между родителями и детьми;</li><li>- авторитарный стиль родительского воспитания в семье;</li><li>- психологические травмы (испуг)</li><li>- завышенные требования к ребенку;</li><li>- постоянное сравнение ее с другими детьми;</li><li>- развод родителей;</li><li>- высокая тревожность родителей, невроз или другие психические расстройства.</li></ul> <p><u>Замкнутые дети.</u> Ведут себя скованно, неуверенно. Волнуются в новых ситуациях, боятся чужих людей, чем-то обеспокоены, часто неуравновешенные и плаксивые.</p> <p>Они: недоверчивы и подозрительны к</p>

		сверстникам; часто в подавленном настроении, не эмоциональны Причины замкнутости: низкая самооценка, неуверенность в себе, завышенные требования родителей.
<b>«Гиперактивные дети»</b>	<b>«Агрессивные дети»</b>	<b>«Тревожные дети», «замкнутые дети»</b>
<b>Как справляться с ребёнком:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Установить правила поведения и систему поощрений и наказаний;</li> <li>- Дать возможность ребенку тратить избыток энергии через физические занятия, но не переутомлять - это приводит к снижению самоконтроля;</li> <li>- Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее;</li> <li>- Научить управлять эмоциями;</li> <li>- Использовать - <i>чаще хвалите</i>, они не восприимчивы к выговорам и наказаниям;</li> <li>- в трудной ситуации, обнимите, постоянные окрики и ограничения, наоборот, ещё больше нервничают их;</li> <li>- чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства;</li> <li>- гиперактивный ребенок не переносит большого скопления людей, потому ему полезно играть с одним партнером, оберегать от переутомления, так как переутомление приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;</li> <li>-запрещая что-либо обязательно предложите альтернативу</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- В ситуации гнева ребёнка помогите избавиться от него неопасным способом: «мешочек криков», «подушка для пинаний», «листок гнева», «рубка дров». (обучайте ребенка общепринятым и неопасным для окружающих способам выражения своего гнева;</li> <li>- вырабатывайте у ребенка навыки владения собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева или тревожность; для этого рекомендуется использовать игры: «посчитал до десяти я и решил», и т.п.</li> <li>- учите осознавать собственные эмоции и эмоции других людей, формируйте способность к сопереживанию, сочувствию;</li> <li>- чаще просите ребёнка порассуждать как он себя чувствует, какое у него настроение и (или) у героев сказок)</li> <li>- обучайте адекватным поведенческим реакциям в проблемной ситуации, способам выхода из конфликта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Нет соревнований и видов работ на скорость.</li> <li>- Не сравнивайте ребенка с другими.</li> <li>- Способствует повышению самооценки ребенка, чаще хвалите, но так, чтобы он знал, за что.</li> <li>- Чаще обращайтесь к ребенку по имени.</li> <li>- Демонстрируйте образцы уверенного поведения.</li> <li>- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.</li> <li>- Не унижайте ребенка, наказывая его.</li> <li>- Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.</li> </ul> <p>2. Задачи работы с замкнутыми детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать у детей желание общаться;</li> <li>- Развивать коммуникативные навыки;</li> <li>- Расширять круг общения;- Повышать самооценку, укреплять уверенность в себе</li> </ul> <p>Рекомендуется проводить работу с тревожными детьми в трех направлениях:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение самооценки.</li> <li>2. Обучение ребенка умению управлять собой в конкретных, наиболее волнующих его ситуациях.</li> <li>3. Снятие мышечного напряжения.</li> </ol>

*Для начала надо усвоить, что понятие «трудное поведение» — вещь субъективная.*

### Коррекционная работа застенчивым ребенком:

- Следует расширять круг знакомств своего ребенка, чаще приглашать к себе друзей, брать малыша в гости к знакомым людям, учить ребенка спокойно реагировать на новые места и людей.
- Не стоит постоянно беспокоиться за ребенка, пытаться полностью оберегать его от всяких опасностей, не делайте сами все за ребенка, дайте ему свободу деятельности.
- Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах.
- Привлекайте ребенка к различным поручениям, связанным с общением, создавайте ситуации, в которых стеснительному ребенку пришлось бы вступать в диалог с незнакомыми взрослыми (в магазине, на улице, в детском парке).

### С агрессивным ребенком:

- Следует помнить, что запрет и повышение голоса - неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения, можно надеяться на то, что агрессивность будет преодолено.
- Показывайте ребенку личный пример позитивного поведения. Не допускайте проявлений гнева или критических высказываний о своих друзьях или коллегах.
- Дайте ребенку возможность выплеснуть свою агрессию, перенести ее на другие объекты. Позвольте побить подушку или разорвать бумагу на мелкие кусочки, покричать в «мешочек для крика», и вы увидите, что агрессивность снизится.
- Пусть ваш ребенок постоянно чувствует, что вы любите, цените и принимаете его. Не стесняйтесь лишний раз приласкать или пожалеть его. Пусть он видит, что нужен и важен для вас.

### С гиперактивным ребенком:

- Работайте с ребенком в начале дня, а не вечером;
- Снизьте рабочую нагрузку на ребенка;
- Делите работу на более короткие, но частые периоды. используйте физкультминутки.
- Снизьте требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха;
- Во время занятий сажайте ребенка рядом со взрослым;
- Используйте тактильный контакт (элементы массажа, поглаживания, объятия)

- Давайте четкие, краткие инструкции;
- Используйте гибкую систему поощрений и наказаний;
- В своих взаимоотношениях с ребенком поддерживайте позитивную установку.
- Хвалите его каждый раз, когда он это заслужил, замечайте успехи.

Это позволит закрепить уверенность в своих силах.

- Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя»;
- Говорите сдержанно, спокойно и мягко;
- Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он мог его завершить;
- Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;
- Поощряйте ребенка ко всем видам деятельности, требующих сосредоточения внимания (например, работа с кубиками, конструктором, раскраска, рисование, лепка пластилином, глиной, игры с песком)
- Поддерживайте дома четкий распорядок дня;
- Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку это приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности;
- Задачи должны быть простыми и конкретными, скажем «Почисти зубы. А теперь одевайся».
- В комнате ребенка должно быть как можно меньше предметов, игрушки должны быть расставлены так, чтобы не отвлекали внимание.

### Коррекционная работа с гиперактивными детьми

- Обучать приемам саморегуляции через использование релаксации, визуализации;
- Обучать самомассажу;
- Использовать игры на развитие координации движений;
- Использовать игры для развития тактильного взаимодействия;
- Развивать мелкую моторику (пальчиковые игры)
- Психогимнастические упражнения с целью понимания эмоционального состояния детей;
- Использовать работу с глиной, песком