

Гиперактивный ребенок

Поведение гиперактивных детей характеризуется: излишней подвижностью, импульсивностью, высокой эмоциональностью, суетливостью. Такой ребенок неуправляем, не реагирует на запреты и ограничение взрослых, в любых ситуациях ведет себя одинаково активно: крутится, бегает, шумит (дома, в магазине, на улице, детском саду). Быстро и много говорит, перебивает взрослых, задает много вопросов, но редко выслушивает ответы. Ему трудно сосредоточить внимание на чем – то одном, он, как правило, не доводит начатое дело или игру до конца. Часто провоцирует конфликты между детьми, не контролирует свою агрессию – толкается, дерется и т. п.

Важно отличать гиперактивных детей от просто активных, легковозбудимых, демонстративных, эмоциональных.

Основные признаки гиперактивности:

- Невнимательность - характерна повышенная отвлекаемость, неумение сосредоточиться, концентрировать внимание;
- Повышенная активность, подвижность, неусидчивость, постоянно в движении;
- Импульсивность – эмоциональность, вспыльчивость, невозможность дослушивать и терпеть.

Родителям важно помнить, что

- Воспитывать гиперактивного ребенка – огромная психологическая нагрузка для родителя и всей его семьи, поэтому по мере возможности важно расширять круг знакомых и помощников, способных помогать ребенку в деятельности.
- Ребенок не специально ведет себя так, чтобы доставить всем неприятности или кого – то разозлить. Он просто плохо управляет собственным поведением и эмоциями.
- Необходимо оберегать ребенка от переутомления, избытка впечатлений (стараться не посещать с ним многолюдные места, ограничивать просмотр телепередач и т.п.), по мере возможности установить четкий режим.
- Не следует запрещать активные действия, особенно в категоричной форме, нельзя кричать на ребенка – от шума, громкого голоса возбуждение только усиливается. Лучше направить его энергию в конструктивное русло, переключить на другое занятие, другую деятельность, по возможности предложить ему активно подвигаться.

Медлительный ребенок

Такие дети медленно одеваются, едят, реагируют на просьбы и обращение взрослых. Их часто называют «копуши». Более всего от своей медлительности страдают сами «копуши»: взрослые на них раздражаются, ругают, и наказывают, дети не очень охотно принимают их в игры, да и сами они стараются остаться в стороне. Самое главное – они испытывают трудности в обучении. Все это накладывает отпечаток на их характер: очень часто такие дети становятся необщительными, замкнутыми в себе.

Причины медлительности детей лежат в своеобразии функционирования центральной нервной системы и связаны с низкой подвижностью нервных процессов. Присущая

каждому ребенку скорость двигательных реакций и психической деятельности, типом его нервной системы.

Родителям важно знать, что:

- Ребенок «Копается» не на зло вам, просто он иначе не может (это свойство его нервной системы). Постарайтесь общаться с ним без понуканий и упреков, разговаривать спокойно. Ровный тон и доброжелательное обращение гораздо эффективнее, чем крик и наказания.
- Торопить и подгонять ребенка не только бесполезно, но и вредно: он затормаживается еще больше. Не следует проявлять спешку и нервничать, делая что – либо вместе с ребенком, например, собираясь в детский сад. Спешка вызовет еще большее замедление реакции. Рассчитывайте время так, чтобы дать возможность ребенку собраться в том темпе, в котором ему требуется.
- Важно организовать четкий режим дня. Медлительному ребенку легче приспособиться у определенному порядку повседневных дел. Это вырабатывает у него жизненные стереотипы (когда есть, когда спать, когда заниматься и т.д.)
- Необходимо тренировать, целенаправленно развивать функции нервной системы ребенка с помощью специальных игр и упражнений. Любое задание на быстрое выполнение какого-то действия надо давать на позитивном эмоциональном фоне, а хорошее настроение у детей легче всего создается в игре.
- Помните, что общение и воспитание медлительных детей требует от родителей большого терпения, чувства юмора и фантазии.

Тревожный ребенок

Тревога может проявляться у детей ситуативно (например, если предстоят или происходят какие-то важные перемены). Как правило, тревожность связана с будущим, на которое дети или их родители смотрят сквозь призму негативных ожиданий. Ситуативная тревога естественна и свойственна многим людям. Но если ребенок тревожится часто, если это состояние становится устойчивым, то можно говорить о потенциальной возможности формирования у него тревожного характера.

Признаки повышенной тревожности у детей

Суетливость, повторяющиеся мелкие движения (кручение волос, обгрызание ногтей, покачивание ногами и пр.) или, напротив, мышечное напряжение, скованность; желание много говорить или, наоборот, напряженное молчание; трудности засыпания, сильное беспокойство перед началом важной или новой для ребенка деятельности; боязнь любых, даже незначительных перемен; неуверенность в себе, отказ от новой деятельности («Я не смогу»), страх перед ситуацией оценивания.

Возможные причины

В семье принят непоследовательный тип воспитания; членам семьи также свойственно тревожное поведение, не уверенность в себе, жизнь в ожидании негативных событий и последствий; требуете от себя и от ребенка безупречности, идеальности, совершенства (завышенные требования); ребенок пережил психологически травмирующее событие и т.п.

Родителям важно знать, что:

- Тревожных детей следует больше поддерживать, обращать внимание на их ресурсы и качества, позволяющие им справляться с теми задачами, которые ставит перед ними жизнь, повышать их самооценку.
- Ребенок должен не только понимать но и постоянно убеждаться на собственном опыте, что вы его любите и будете любить вне зависимости от его достижений.
- Важно не предъявлять ребенку завышенных требований, не сравнивать его с окружающими.
- Необходимо быть последовательным в воспитании ребенка. Уверенность и психологическая устойчивость его родителей, основательность устройства семейной системы помогут ему чувствовать себя спокойно, чем и снизится тревога.
- Если семья сможет жить позитивно и уверенно: «Мы справимся со всем, что ни пошлет нам жизнь», то это послание, непременно, будет воспринято вашим ребенком, и он также вырастет в ощущении, что он – хорош и мир вокруг интересный и разный.

Ребенок со страхами

Детям свойственно бояться, поскольку они физически слабы, зависимы и не всегда способны себя защитить. В определенные периоды жизни страхи являются естественной реакцией на неприятное, неизвестное. Ребенок постепенно наращивает в себе способность и умение справляться с самыми разными ситуациями, представляющими для него угрозу. Однако некоторые дети испытывают навязчивые страхи (боятся собак, темноты и т.п.). Всем детям важно научиться обходиться со своими страхами, а тем, кому страхи существенно осложняют жизнь – особенно.

Существуют *типичные страхи*, свойственные детям с том или ином возрастном периоде. В 2-3 года ребенок может бояться наказаний, боли, врача, громких звуков, замкнутого пространства, одиночества и особенно темноты.

В 3-4 года появляются страхи, связанные с развитием фантазии ребенка, страх сказочных персонажей. У детей 6-7 лет (а иногда раньше) может появиться страх смерти, своей или своих близких.

Причины возникновения страхов

- Биологическая предрасположенность – особенности свойств нервной системы ребенка – повышенная эмоциональная чувствительность, впечатлительность, ранимость.
- Внутрисемейные причины – высокая тревожность родителей, особенности воспитания – многочисленные запреты со стороны родителей; гнев и угрозы взрослых в адрес ребенка, запугивание; семейные конфликты, за которые ребенок чувствует вину.
- Взаимоотношения со сверстниками – детский коллектив не принимает ребенка, обижает его, он боится быть униженным.
- Детская фантазия, развитое воображение – нередко ребенок сам придумывает себе предмет страха.
- Конкретный случай, который напугал ребенка (укус собаки и пр.)

Как реагировать родителям на детские страхи?

- Не стоит разубеждать ребенка, говорить, что бояться нечего. Он уже боится, и ваша логика ему не поможет. Мягкое реагирование на страхи ребенка, теплота, принятие, поддержка и понимание лучше и результативнее, чем убеждение.
- Не следует ругать или высмеивать ребенка за проявление страха – он почувствует себя еще более беспомощным (плохим), может замкнуться в себе.
- Если ребенок хочет поделиться с вами, поговорите с ним. Страх уменьшается или даже исчезнет, если есть с кем его разделить.
- Дети часто рисуют или проигрывают свои страхи. Игра и рисование позволяют прожить в воображаемой реальности волнующую и пугающую ситуацию, эмоционально отреагировать на нее.
- Лучше всего – быть рядом, когда ребенку страшно, расспрашивать его о том, чего он боится; что может случиться, вместе придумывать способы (включая волшебные) справиться с этой ситуацией.

Агрессивный ребенок

Ребенок не может быть злым от природы. Ситуативные проявления агрессии, злости – естественны, хотя и пугают многих родителей. За агрессивными проявлениями вашего ребенка всегда стоят какие-либо причины, и злость – это естественное следствие каких-либо внутренних или внешних событий, которые происходят с вашим ребенком. Но, иногда, если вовремя не помочь ребенку, агрессия может стать устойчивой формой поведения, превращаясь со временем в качество личности. Прежде чем запрещать или подавлять проявления злости, стоит разобраться в причинах, их вызывающих.

Причины появления агрессивности

- Особенности центральной нервной системы ребенка (возбудимый тип);
- Атмосфера в семье, особенности семейного воспитания, стиль детско-родительских отношений;
- Примеры агрессивного поведения: с телеэкрана, других средств массовой информации, компьютерные игры;
- Эмоциональные стрессы;
- Психосоматическое состояние. Которым предшествуют некоторые заболевания.

Агрессивный ребенок нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, провоцирует других, становится грозой всего детского коллектива, источником огорчений воспитателей и родителей. Его трудно принять таким, какой он есть, а еще труднее понять.

Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ссору на других. Они часто могут сами оценить свою агрессивность, не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Напротив, им кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те в свою очередь боятся их.

Родителям ВАЖНО:

- Выяснить причины агрессивного поведения ребенка.
- Отдавать себе отчет в том, что злость ребенка не делает его плохим, обычно она – естественное выражение его неудовольствия; энергия, позволяющая защитить самого себя.
- Обращать внимание на то, как вы и окружающие ребенка люди выражают злость, осознавая, какие именно модели выражения этой эмоции, скорее всего, будет копировать ваш ребенок.
- Научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние и чувства других людей; выражать свой гнев приемлемыми способами; принимать на себя ответственность за поступки.

Ребенок – фантазер

Мир фантазий совершенно необходим для здорового развития дошколят. Дети – дошкольники во многом живут в мире сказки, фантазий, волшебства, магии, чуда. В волшебном мире дети получают защиту, поддержку и возможность познавать окружающий мир, через накопленную мудрость. Способность к фантазированию у ребенка говорит об активно развивающейся у него способности к воображению, которая необходима ему для здорового и гармоничного развития.

Бурный расцвет фантазии приходится на возраст 4-5 лет. Дети начинают рассказывать самые невероятные истории. Эти рассказы часто рассматриваются взрослыми, а вслед за ними и сверстники как ложь, что несправедливо и очень обидно для ребенка. Такие истории нельзя назвать ложью в прямом смысле слова хотя бы потому, что они рассказываются не из корыстных побуждений, не приносят ребенку никакой осязаемой пользы. Их правильнее называть выдумками или фантазиями.

Ребенку требуется много времени, чтобы уяснить разницу между действительностью и мечтой. Кроме того, детям свойственно стремление разрешать реальные проблемы фантастическими способами. Малыши иногда путают, что происходит на самом деле, а что – понарошку.

Родителям следует знать, что:

- Единственной правильной формой реакции на фантастические истории – спокойное и заинтересованное отношение к рассказам ребенка.
- Фантазия и вера в чудо важны и необходимы ребенку, потому что именно они помогают справиться с детской тревогой о собственной «малости», позволяют принимать подчиненное положение по отношению к взрослому миру и ограниченность собственных возможностей.
- Важно давать ребенку свободу фантазирования, это развивает в нем творческую личность, способную создавать новое.
- Нельзя высмеивать или публично обсуждать плоды детских фантазий. Вы рискуете потерять доверие собственных детей.
- В случае если вы столкнулись с защитным фантазированием (дети придумывают себе другую реальность: другую семью, иное материальное положение и т.п.), не ругайте ребенка. Защитное фантазирование, как правило, указывает на определенную проблему, с которой ребенку трудно справиться. В этом случае обратитесь за консультацией к специалистам.