

Советы психолога.

Проблемы в поведении ребенка

Проблемы в поведении детей встречаются нередко. И многие из них требуют консультации психолога. Что должно послужить поводом обращения к детскому или семейному психологу, мы расскажем в нашем обзоре.

Излишняя активность одна из наиболее распространенных "детских" проблем – **гиперактивность**. Беспокоясь за чрезмерную активность ребенка, родители пытаются применять наказание, считают, что с таким ребенком необходимо быть строже. На самом деле гиперактивному ребенку требуется помощь, ведь он зачастую устает сам от себя. Такой ребенок не может долго сидеть на месте, молчать, подчиняться инструкциям. Гиперактивные дети создают дополнительные трудности в работе педагогам, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Они с завидной регулярностью задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, задает множество вопросов, но редко дожидается ответов. Родителям необходимо своевременно обратиться к психологу, чтобы получить психолого-педагогические знания по взаимодействию, воспитанию и стилю общения с таким ребенком. Такие дети нуждаются в режиме дня; работать с ребенком желательно в начале дня, а не вечером; делить нагрузку на более короткие, но более частые периоды, использовать физкультминутку; давать короткие, четкие и конкретные инструкции.

Рекомендации родителям, имеющим гиперактивного ребенка

Первая группа рекомендаций относится к внешней стороне поведения близких ребенку взрослых людей.

Старайтесь по возможности сдерживать свои бурные аффекты, особенно если вы огорчены или недовольны поведением ребенка. Эмоционально поддерживайте детей во всех попытках конструктивного, позитивного поведения, какими бы незначительными они ни были. Воспитывайте в себе интерес к тому, чтобы глубже познать и понять ребенка.

Избегайте категоричных слов и выражений, жестких оценок, упреков, угроз, которые могут создать напряженную обстановку и вызвать конфликт в семье. Старайтесь реже говорить "нет", "нельзя", "прекрати" – лучше попробуйте переключить внимание малыша, а если удастся, сделайте это легко, с юмором.

Следите за своей речью, старайтесь говорить спокойным голосом. Гнев, возмущение плохо поддаются контролю. Выражая недовольство, не манипулируйте чувствами ребенка и не унижайте его.

Вторая группа рекомендаций касается организации среды и окружающей обстановки в семье.

Если есть возможность, постарайтесь выделить для ребенка комнату или ее часть для занятий, игр, уединения (то есть его собственную “территорию”). В оформлении желательно избегать ярких цветов, сложных композиций. На столе и в ближайшем окружении ребенка не должно быть отвлекающих предметов. Гиперактивный ребенок сам не в состоянии сделать так, чтобы ничто постороннее его не отвлекало.

Организация всей жизни должна действовать на ребенка успокаивающе. Для этого вместе с ним составьте распорядок дня, следуя которому, проявляйте одновременно гибкость и упорство.

Определите для ребенка круг обязанностей, а их исполнение держите под постоянным наблюдением и контролем, но не слишком жестко. Чаще отмечайте и хвалите его усилия, даже если результаты далеки от совершенства.

Третья группа рекомендаций направлена на активное взаимодействие ребенка с близким взрослым, на развитие способности, как взрослого, так и ребенка почувствовать друг друга, сблизиться эмоционально.

И здесь совершенно незаменима самая важная для детей деятельность – игра, поскольку она близка и понятна ребенку. Использование же эмоциональных воздействий, содержащихся в интонациях голоса, мимике, жестах, форме реагирования взрослого на свои действия и действия ребенка, доставит обоим участникам огромное удовольствие. Не опускайте рук! Любите вашего норовистого ребенка, помогите ему быть успешным, преодолеть школьные трудности. Помните, что “Норовистые дети похожи на розы – им нужен особый уход. И иногда поранишься о шипы, чтобы увидеть их красоту” (Мэри Ш. Курчинка).

Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. По наблюдениям большинства врачей и психологов, общая двигательная активность с возрастом уменьшается, а выявленные невротические изменения постепенно нивелируются. В мозгу у ребенка появляются связи, которых не было или они были нарушены. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности. Так что, если у вас гиперактивный ребенок, помогите ему, все в ваших руках.

К слову, излишне пассивные дети нуждаются в психологической помощи не меньше гиперактивных. Особенно, если изначально ребенок был достаточно активный и неожиданно замкнулся в себе.

Агрессивное поведение

Агрессивный ребенок нападает на других детей, обзывает, бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения. Такого ребенка очень сложно принять, а еще сложнее понять. Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным. Неоднозначное отношение родителей приводит к тому, что он становится уверенным, что его не любят. "Как стать любимым и нужным" – неразрешимая проблема для маленького человечка. Вот он и ищет способы привлечения внимания взрослых и сверстников. Агрессивный ребенок одинаково стремится разозлить и маму, и учителя, и сверстников. "Не успокаивается" до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку. В действительности это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое "место под солнцем". Ребенок не имеет представления, как другим способом можно бороться за выживание в этом странном и жестоком мире, как защитить себя. Агрессивные дети часто подозрительны, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Если вашему ребенку свойственна агрессивность, обязательно следует обратиться к психологу за рекомендацией. В первую очередь родителям таких детей нужно быть внимательными к нуждам и потребностям ребенка; демонстрировать модель неагрессивного поведения; быть последовательным в наказаниях ребенка; обучать приемлемым способам выражения гнева и др.

Негативные мысли

Психологи советуют насторожиться, если ребенок начинает проговаривать суицидальные мысли. Как правило, родители недооценивают серьезность подобного поведения. Ребенок может быть демонстративен в своих суицидальных проявлениях, может не ставить целью убить себя, а лишь желает попугать родителей, но даже если это так, то важно с помощью психолога получить представление об адекватной реакции на такое поведение. Неправильная реакция родителей может закрепить ребенка в суицидальном поведении, и неизвестно, чем это обернется.

Болезненность

Не лишним будет отправиться к психологу, если ребенок часто болеет простудными заболеваниями. Как показывает практика, такая болезненность иногда имеет психологические предпосылки. Например, болезнь может быть

реакцией ребенка на ссоры родителей, тем самым он берет на себя миссию миротворца. Ведь во время болезни ребенка родителям приходится тратить время не на ссоры и решение своих проблем, а заниматься ребенком. Такое встречается даже в грудном возрасте. Бывает, что болеть ребенку выгодно – ведь родители подкармливают его болезнью: дают то, чего здоровому ребенку не разрешают (конфеты, игрушки). Также болезнь провоцируется ситуациями, при которых ребенку уделяется недостаточно внимания.

В сложный период необходимо обращаться к психологу в определенные периоды жизни ребенка, чтобы оценить ситуацию и при необходимости скорректировать. Во-первых, это может быть смена обстановки, когда ребенку трудно адаптироваться к новым условиям и у него не ладятся отношения со сверстниками, например, переезд в другой город или новая школа. Перед тем, как отдать ребенка в школу, психологи советуют обратиться к специалисту, чтобы оценить его психологическую готовность к ней, и обязательно не пренебрегать консультациями психолога, если у первоклассника возникли проблемы в учебе и отношениях со сверстниками, родителями и педагогами. Изменения в поведении ребенка могут наблюдаться при появлении второго ребенка в семье, в этом случае (а лучше заранее) родителям стоит проконсультироваться о том, как выстраивать отношения с первенцем. Развод родителей или смерть близкого человека очень тяжело переносятся детьми, поэтому и такие ситуации лучше контролировать с помощью психолога.

Низкий родительский авторитет

Проблема низкого родительского авторитета становится актуальной в семьях, воспитывающих детей 12-13 лет, когда ребенок транслирует готовность принимать решения самостоятельно, даже если они расходятся с решением родителей. Это проявляется в непослушании и "неуслышании" родительских слов.

Суть данной проблемы в расхождении слов и реальных поступков родителей, из-за чего подростки не воспринимают слова всерьез. Ее корни уходят в 3-4-летний возраст, когда родители могли заставить ребенка поступить тем или иным образом, не обосновывая свое решение. Из-за авторитарной воспитательной позиции у ребенка формируется чувство протеста, он начинает искать в родительских словах подвох или "лазейки" для собственной выгоды. Со временем это чувство обостряется. В итоге

формируется семья, отличающаяся большим количеством запретов для подростка, частыми обидами и ссорами. Психолог в данном случае поможет конструктивно выстроить эмоциональную сторону общения с подростком, поможет в поиске наиболее продуктивных способов решения конфликтных ситуаций.

Обращаться к психологу за консультацией необходимо тогда, когда родители впервые почувствовали недоверие со стороны ребенка, изменение отношений с ним в худшую сторону. Не стоит ждать, когда проблема "пустит корни". При этом необязательно приводить ребенка на консультацию, ведь в 99% случаев проблема заложена в родителях, создавших ситуацию, при которой ребенок вынужден себя так вести.

За дополнительной консультацией, по всем интересующим вопросам обращайтесь к педагогу-психологу в кабинет 3 – 10.

ЖЕЛАЮ ВАМ УСПЕХОВ!