

*Консультация для  
родителей.*

## Что такое ЗПР?

Эти три зловещие буквы есть не что иное, как задержка психического развития. Звучит не слишком приятно, правда? К сожалению, сегодня в медицинской карте ребенка нередко можно встретить такой диагноз.

Последние несколько лет к проблеме ЗПР наблюдается повышенный интерес, вокруг нее ведется множество споров. Все это связано с тем, что само по себе такое отклонение в психическом развитии очень неоднозначно, может иметь множество различных предпосылок, причин и следствий. Явление, сложное по своей структуре, требует пристального и тщательного анализа, индивидуального подхода к каждому конкретному случаю. Между тем, диагноз ЗПР настолько популярен среди врачей, что некоторые из них, основываясь на минимальном количестве информации и полагаясь на свое профессиональное чутье, с неоправданной легкостью ставят под ним свой автограф, часто не задумываясь о последствиях. И этого факта уже вполне достаточно для того, чтобы познакомиться с проблемой ЗПР поближе.

## Что страдает

ЗПР относится к разряду слабовыраженных отклонений в психическом развитии и занимает промежуточное место между нормой и патологией. Дети с задержкой психического развития не имеют таких тяжелых отклонений в развитии, как умственная отсталость, первичное недоразвитие речи, слуха, зрения, двигательной системы. Основные трудности, которые они испытывают, связаны прежде всего с социальной (в том числе школьной) адаптацией и обучением. Объяснением этому служит замедление темпов созревания психики. Нужно также отметить, что у каждого отдельно взятого ребенка ЗПР может проявляться по-разному и отличаться и по времени, и по степени проявления. Но, несмотря на это, мы можем попытаться выделить круг особенностей развития, характерных для большинства детей с ЗПР.

Наиболее ярким признаком ЗПР исследователи называют незрелость эмоционально-волевой сферы; иначе говоря, такому ребенку очень сложно сделать над собой волевое усилие, заставить себя выполнить что-либо. А отсюда неизбежно появляются нарушения внимания: его неустойчивость, сниженная концентрация, повышенная отвлекаемость. Нарушения внимания могут сопровождаться повышенной двигательной и речевой активностью. Такой комплекс отклонений (нарушение внимания + повышенная двигательная и речевая активность), не осложненный никакими другими проявлениями, в настоящее время обозначают термином "синдром дефицита внимания с гиперактивностью" (СДВГ).

Нарушение восприятия выражается в затруднении построения целостного образа. Например, ребенку может быть сложно узнать известные ему предметы в незнакомом ракурсе. Такая структурность восприятия является причиной недостаточности, ограниченности, знаний об окружающем мире. Также страдает скорость восприятия и ориентировка в пространстве.

Если говорить об особенностях памяти у детей с ЗПР, то здесь обнаружена одна закономерность: они значительно лучше запоминают наглядный (неречевой) материал, чем вербальный. Кроме того, установлено, что после курса специального обучения различным техникам запоминания показатели ребят с ЗПР улучшались даже по сравнению с нормально развивающимися детьми.

ЗПР нередко сопровождается проблемами речи, связанными в первую очередь с темпом ее развития. Другие особенности речевого развития в данном случае могут

зависеть от формы тяжести ЗПР и характера основного нарушения: так, в одном случае это может быть лишь некоторая задержка или даже соответствие нормальному уровню развития, тогда как в другом случае наблюдается системное недоразвитие речи - нарушение ее лексико-грамматической стороны.

У детей с ЗПР наблюдается отставание в развитии всех форм мышления; оно обнаруживается в первую очередь во время решения задач на словесно-логическое мышление. К началу школьного обучения дети с ЗПР не владеют в полной мере всеми необходимыми для выполнения школьных заданий интеллектуальными операциями (анализ, синтез, обобщение, сравнение, абстрагирование).

При этом ЗПР не является препятствием на пути к освоению общеобразовательных программ обучения, которые, однако, требуют определенной корректировки в соответствии с особенностями развития ребенка.

### **Кто эти дети**

Ответы специалистов на вопрос, каких детей следует причислять к группе с ЗПР, тоже весьма неоднозначны. Условно, их можно разделить на два лагеря.

Первые придерживаются гуманистических взглядов, считая, что основные причины ЗПР носят прежде всего социально-педагогический характер (неблагополучная обстановка в семье, недостаток общения и культурного развития, тяжелые условия жизни). Дети с ЗПР определяются как неприспособленные, труднообучаемые, педагогически запущенные. Такой взгляд на проблему преобладает в западной психологии, а последнее время он получил широкое распространение и у нас. Многие исследователи приводят данные о том, что легкие формы интеллектуального недоразвития имеют тенденцию к концентрации в определенных социальных слоях, где родители имеют интеллектуальный уровень ниже среднестатистического. Отмечено, что наследственные факторы играют значительную роль в генезе недоразвития интеллектуальных функций.

Другие авторы связывают отставание в развитии с легкими органическими поражениями мозга, полученными в период беременности или родов, и относят сюда детей с минимальной мозговой дисфункцией.

Наверное, правильное всего учитывать и те, и другие факторы.

Так, в качестве причин, приводящих к задержкам психического развития, отечественные специалисты М.С. Певзнер и Т.А. Власова выделяют следующие.

#### **Неблагоприятное течение беременности:**

- болезни матери во время беременности (краснуха, паротит, грипп);
- хронические заболевания матери (порок сердца, диабет, заболевания щитовидной железы);
- токсокозы, особенно второй половины беременности;
- токсоплазмоз;
- интоксикации организма матери вследствие употребления алкоголя, никотина, наркотиков, химических и лекарственных препаратов, гормонов;
- несовместимость крови матери и младенца по резус-фактору.

#### **Патология родов:**

- травмы вследствие механического повреждения плода при использовании различных средств родовспоможения (например, наложении щипцов);
- асфиксия новорожденных и ее угроза.

## **Социальные факторы:**

- педагогическая запущенность в результате ограниченного эмоционального контакта с ребенком как на ранних этапах развития (до трех лет), так и в более поздние возрастные этапы.

## **Типы задержки**

Задержку психического развития принято делить на четыре группы. Каждый из этих типов обусловлен определенными причинами, имеет свои особенности эмоциональной незрелости и нарушений познавательной деятельности.

Первый тип - ЗПР конституционального происхождения. Для этого типа характерна ярко выраженная незрелость эмоционально-волевой сферы, которая находится как бы на более ранней ступени развития. Здесь речь идет о так называемом психическом инфантилизме. Нужно понимать, что психический инфантилизм - это не болезнь, а скорее некоторый комплекс заостренных черт характера и особенностей поведения, который, однако, может существенно отразиться на деятельности ребенка, в первую очередь - учебной, его адаптационных способностях к новой ситуации.

Такой ребенок часто бывает несамостоятелен, тяжело приспосабливается к новым для него условиям, часто сильно привязан к маме и в ее отсутствие чувствует себя беспомощным; для него характерен повышенный фон настроения, бурное проявление эмоций, которые при этом весьма неустойчивы. К школьному возрасту у такого ребенка на первом плане все еще стоят игровые интересы, тогда как в норме им на смену должна прийти учебная мотивация. Ему трудно принять какое-либо решение без посторонней помощи, сделать выбор либо совершить над собой любое другое волевое усилие. Такой малыш может вести себя весело и непосредственно, его отставание в развитии не бросается в глаза, однако при сравнении со сверстниками он всегда кажется чуть младше.

Ко второй группе - соматогенного происхождения - относятся ослабленные, часто болеющие дети. В результате длительной болезни, хронических инфекций, аллергий, врожденных пороков развития может сформироваться задержка психического развития. Это объясняется тем, что на протяжении долгой болезни, на фоне общей слабости организма психическое состояние малыша тоже страдает, а, следовательно, не может полноценно развиваться. Низкая познавательная активность, повышенная утомляемость, притупление внимания - все это создает благоприятную ситуацию для замедления темпов развития психики.

Сюда же относят детей из семей с гиперопекой - чрезмерно повышенным вниманием к воспитанию малыша. Когда родители чересчур заботятся о своем ненаглядном чаде, не отпускают его ни на шаг, все делают за него, опасаясь, что ребенок может себе навредить, что он еще мал. В такой ситуации близкие, считая свое поведение образцом родительской заботы и опеки, тем самым препятствуют проявлению у ребенка самостоятельности, а значит - и познанию окружающего мира, формированию полноценной личности. Необходимо заметить, что ситуация гиперопеки как раз весьма распространена в семьях с больным ребенком, где жалость к малышу и постоянная тревога за его состояние, стремление якобы облегчить ему жизнь в итоге оказываются плохими помощниками.

Следующая группа - это ЗПР психогенного происхождения. Основная роль отводится социальной ситуации развития малыша. Причиной этого типа ЗПР становятся неблагоприятные ситуации в семье, проблемное воспитание, психические травмы.

Если в семье имеет место агрессия и насилие по отношению к ребенку или другим членам семьи, это может повлечь за собой преобладание в характере малыша таких черт, как нерешительность, несамостоятельность, отсутствие инициативы, боязливость и патологическая застенчивость.

Здесь, в отличие от предыдущего типа ЗПР, имеет место явление гипоопеки, или недостаточного внимания к воспитанию ребенка. Ребенок растет в ситуации безнадзорности, педагогической запущенности. Следствием этого является отсутствие представлений о моральных нормах поведения в обществе, неумение контролировать собственное поведение, безответственность и неспособность отвечать за свои поступки, недостаточный уровень знаний об окружающем мире.

Четвертый и последний тип ЗПР - церебрально-органического происхождения. Он встречается чаще остальных, и прогноз дальнейшего развития для детей с этим типом ЗПР по сравнению с предыдущими тремя как правило наименее благоприятен.

Как следует из названия, основой для выделения этой группы ЗПР являются органические нарушения, а именно - недостаточность нервной системы, причинами которой могут стать: патология беременности (токсикозы, инфекции, интоксикации и травмы, резус-конфликт и др.), недоношенность, асфиксия, родовая травма, нейроинфекции. При этой форме ЗПР имеет место так называемая минимальная мозговая дисфункция (ММД), под которой понимается комплекс легких нарушений развития, проявляющих себя, в зависимости от конкретного случая, весьма разнообразно в различных областях психической деятельности.

### **Как преодолеть ЗПР?**

Задержка психического развития (ЗПР) у детей является следствием многих негативных факторов, в том числе и тех, про которые уже успели забыть. Это и сложная беременность у мамы (могли быть различные заболевания, например гипертония, сердечно-сосудистая недостаточность, нефропатия, инфекции и др.), осложнения в родах, болезни ребенка до трех лет, частые простуды, хронические заболевания...

Огромное влияние на развитие ребенка имеют условия воспитания и психологический климат в семье, особенно в первые три-четыре года. Естественно, вопрос "воспитания" понимается в широком смысле. Это и правильный режим дня, и создание условий для двигательной активности ребенка, круг общения, игра, занятия и многое другое.

Нарушение гармоничности развития ребенка, особенно в раннем и младшем возрасте, и приводит к отклонениям в развитии, в том числе к задержке и психического развития.

В большинстве случаев такие дети не могут преодолеть задержку без специальной помощи. Например, это может быть специальный детский сад (группа) для детей с ЗПР, в котором службе психолого-педагогического сопровождения отводится значительное место. Специалисты "службы" осуществляют коррекцию развития детей, определяют ее эффективность.

Почему же часто специалисты детского сада рекомендуют проконсультировать ребенка у врача? Это может быть врач-психиатр, невролог, эндокринолог, терапевт и др. Причиной этого является то, что у ребенка с ЗПР могут быть различные текущие

соматические и нервно-психические состояния или заболевания, которые тормозят физическое, психическое (в том числе речевое), личностное развитие ребенка. Это значительно затрудняет работу специалистов в преодолении задержки. Таким образом, медицинская помощь оказывается в детской поликлинике при наличии на то показаний.

Из выше изложенного, понятно, что в каждом конкретном случае врач на основании результатов обследования ребенка принимает решение: лечить или не лечить, а если лечить, то как. И лечит он не ЗПР, а причины, которые или приводят к задержке, или осложняют ее проявления.

В любом случае назначение и рекомендации делает врач, а родители берут на себя ответственность следовать им или нет. Но при этом они разделяют ответственность со специалистами за конечный результат коррекционной работы с их ребенком.

Асаблівасці парушэнняў фарміравання лексічнага ладу прамовы ў дзяцей з затрымкай псіхічнага развіцця

У дзяцей з ЗПР адстае развіццё здольнасці ўсведамляць маўленчую рэчаіснасць як нешта адрознае ад прадметнага свету. Шэраг граматычных катэгорый у іх прамовы адсутнічае. Для маўленчай дзейнасці характэрная недастатковасць маналагічнай гаворкі. У гэтых дзяцей часта сустракаюцца дэфекты вымаўлення, ім дрэнна даецца гукавы аналіз слоў, яны недастаткова валодаюць гукавым чынам слова. Такія дзеці адчуваюць істотныя цяжкасці ў славеснай рэгуляцыі дзейнасці (н. Ю. Баракова, С. Г. Шаўчэнка, і т. д.).

У дзяцей з затрымкай псіхічнага развіцця адзначаюцца наступныя асаблівасці іх слоўніка: рэзкае перавага пасіўнага слоўніка над актыўным; абмежаваны запас слоў, якія абазначаюць і канкрэтызуюць абагульненыя паняцці, раскрываюць іх ва ўсёй паўнаце і разнастайнасці; недыферэнцыяванае, а часам і неадэкватныя ўжыванне шэрагу слоў.

Пераход да першых слоў-сур'ёзны перыяд у маўленчым развіцці дзіцяці і да гэтага часу ў пасіўным лексіконе дзяцей з ЗПР налічваецца прыкладна 5-30 слоў, што можна праверыць па рэакцыі на просьбы: «прынясі чаравікі», «дзе вочкі?», "Дзе бабуля?". Слова трапляе ў Актыўны лексікон, калі дзіця можа пачаць ўжываць яго ў спантаннай прамовы, толькі пасля кароткай, а часам і досыць працяглай стадыі знаходжання гэтага слова ў пасіўным лексіконе. Так, напрыклад, Аня Л. у 1 г.5 мес., маючы ў актыўным лексіконе 39 слоў, разумела не менш 100.

Ва ўсіх старэйшых дашкольнікаў з затрымкай псіхічнага развіцця не сфарміравана гатоўнасць да навучання. Гэта выяўляецца ў няспеласці функцыянальнага стану цэнтральнай нервовай сістэмы і служыць адной з прычын таго, што гэтыя дзеці з вялікай працай авалодваюць лістам і чытаннем, часта змешваюць літары, падобныя па напісанні або якія абазначаюць апазіцыйныя фанемы, складаныя па складзе галосныя, не ўмеюць вылучыць з тэксту прапанову.

Большасць псіхічных функцый (прасторавыя прадстаўлення, мысленне, гаворка і інш.) маюць складанае комплекснае будынак і заснаваныя на ўзаемадзеянні некалькіх функцыянальных сістэм. Фарміраванне такога роду ўзаемадзеяння ў дзяцей з ЗПР не толькі запаволены, але і значна зменена, адбываецца інакш, чым у нармальна развіваюцца дзяцей (в. В. Лебядзінскі, В. І. Насонава і інш.).

Часто встречаются дети, которым трудно долго сидеть на одном месте, молчать, подчиняться инструкциям. Они создают дополнительные трудности в работе воспитателям и учителям, потому что очень подвижны, вспыльчивы, раздражительны и безответственны. Гиперактивные дети часто задевают и роняют различные предметы, толкают сверстников, создавая конфликтные ситуации. Они часто обижаются, но о своих обидах быстро забывают. Известный американский психолог В. Оклендер так характеризует этих детей: "Гиперактивному ребенку трудно сидеть, он суетлив, много двигается, вертится на месте, иногда чрезмерно говорлив, может раздражать манерой своего поведения. Часто у него плохая координация или недостаточный мышечный контроль. Он неуклюж, роняет или ломает вещи. Такому ребенку трудно концентрировать свое внимание, он легко отвлекается, часто задает множество вопросов, но редко дожидается ответов". Вероятно, учителю и психологу знаком портрет такого ребенка.

## 1. Игры для развития внимания

### «Смеяться запрещается» (Фопель К.)

Цель: успокоить возбужденную группу, настроить на работу, которая требует концентрации внимания.

Сядьте, пожалуйста, широким кругом. Кто-то один встанет посередине, и будет водить. Его задача состоит в том, чтобы выбрать кого-нибудь из сидящих, и заставить его заговорить или улыбнуться. Для достижения своей цели он может пробовать все, что угодно, однако он не должен ни до кого дотрагиваться, и, разумеется, сам он не имеет права говорить. Те, кто сидит в кругу, не должны отворачиваться или закрывать глаза.

Каждый водит не более одной минуты. Если за это время водящий не сумеет рассмешить или заставить заговорить кого-либо, пусть с тем же ребенком попробуют свои силы еще 1-2 водящих. Если же водящий добивается успеха, он меняется местами с тем, кого заставил улыбнуться или заговорить.

### «Лови - не лови»

Цель: развитие внимания, скорости обработки услышанной информации.

Правила этой игры похожи на всем известный способ играть в "Съедобное - несъедобное". Только условие, когда ребенок ловит мяч, а когда нет, может меняться в каждом коне игры. Например, сейчас вы договариваетесь с ним, что если водящий бросает мяч, произнося слово, относящееся к растениям, то игрок ловит его. Если же слово не является растением, то отбивает мяч. Например, один кон игры мог бы называться "Мебель - не мебель". Аналогично можно играть в такие варианты, как



"Рыба - не рыба", "Транспорт - не транспорт", "Летает - не летает" и множество других. Количество выбираемых условий игры зависит только от вашей фантазии. Если она вдруг иссякнет, предложите ребенку самому выбрать условие игры, то есть категорию слов, которые он будет ловить. Дети иногда дают совершенно свежие и творческие идеи!

Примечание. Как вы, наверное, заметили, эта игра развивает не только внимание, но и способность к обобщению. Поэтому в целях интеллектуального развития ребенка постарайтесь, чтобы категории этих обобщаемых понятий были разнообразны и затрагивали разные сферы, а не ограничивались бытовыми и часто используемыми словами.

«Графический диктант» (Локалова Н.П.)

Цель: развитие умения подчиняться словесным указаниям взрослого; развитие двигательной сферы и концентрации внимания.

Материал к заданию. Индивидуальный набор бланков (4 штуки 10x15 см). На каждом бланке изображены 3 ряда мелких геометрических фигур: верхний ряд состоит из 17 треугольников, средний ряд — из 16 кружков, нижний ряд — из 17 квадратов. Фигуры верхнего и нижнего рядов расположены друг против друга, среднего — в промежутке между ними. Учитель говорит: «Мы будем рисовать узоры. У вас на листочках нарисованы ряды треугольников, квадратов и кружков. Вы будете соединять их, чтобы получился узор. Запомните три правила:

- 1) два треугольника, два квадрата или квадрат с треугольником можно соединять только через кружок;
- 2) линия узора должна идти только вперед;
- 3) каждое новое соединение надо начинать с той фигурки, на которой остановилась линия, тогда в узоре не получится промежутков. Нарисуем первый узор вместе».

Вместе с учениками учитель выполняет тренировочный узор и анализирует его. Затем учащиеся под диктовку учителя рисуют три основных узора.

«Я весь во внимании»

Цель: концентрация внимания.

В этой игре вашему ребенку понадобится все его актерское дарование, а учителю - изобретательность. Можно ввести участников в игру с помощью представления, действие которого происходит на кинопробах. Юным актерам предлагают изобразить человека, который "весь во внимании", то есть полностью поглощен своими мыслями и чувствами, поэтому он совершенно не замечает того, что происходит вокруг него. Подскажите начинающему актеру, что получится лучше сосредоточиться, если он

представит, что смотрит очень интересный фильм или читает книгу. Но этим роль не ограничивается. У начинающей звезды экрана есть конкуренты. Они будут всячески мешать ему хорошо сыграть свою роль. Для этого они могут рассказывать анекдоты, обращаться к актеру за помощью, пытаться удивить или рассмешить его, чтобы привлечь к себе внимание. Единственное, чего они не имеют права делать, - это дотрагиваться до актера. Но и у актера есть ограничения в правах: он не может закрывать глаза или уши.

После того как режиссер скажет: "Стоп", все участники перестают играть. Можно даже взять интервью у начинающего артиста, пусть он расскажет, как ему удалось быть внимательным и не отвлекаться на специально создаваемые помехи.

Примечание. Конечно, эта игра будет еще веселее, если подключить к ней нескольких детей. Правда, тогда нужно будет следить за порядком, чтобы "конкуренты" не переусердствовали в стремлении отвлечь "актера". Также участие взрослого может показать детям неожиданные и интересные ходы, которые они могут использовать. Если вы заметите, что попытки отвлечь актера ограничиваются криками и кривляньем, то подскажите игрокам более оригинальные способы. Так можно сообщать личные новости, показывать новую игрушку, делать вид, что все уходят и т. п.

## 2. Игры для релаксации

«Тряпичная кукла и солдат» (Фопель К.)

Цель: упражнение на релаксацию

Учитель обращается к детям «Пожалуйста, все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными... Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. (10 секунд.)

Теперь опять станьте тряпичной куклой, мягкой, расслабленной и подвижной. Снова станьте солдатом... (10 секунд.) Теперь опять тряпичной куклой...»

Просите детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока у Вас не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились.

Теперь встряхните руками, как будто вы хотите стряхнуть с них капельки воды. Стряхните капельки воды со спины... Теперь стряхните воду с волос... Теперь — с верхней части ног и ступней.

Примечание. Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления, когда вы почувствуете, что ребенок достаточно отдохнул.

### «Шалтай-Болтай»

Цель: игра поможет ребенку расслабиться, снять напряжение.

Персонаж этой игры наверняка понравится гиперактивному ребенку, так как их поведение во многом схоже. Чтобы дети лучше вошли в роль, спросите, читали ли они стихотворение С. Маршака о Шалтае-Болтае. А может быть, они видели мультфильм о нем? Если это так, то пусть ребенок расскажет о том, кто такой Шалтай-Болтай, почему его так называют и как он себя ведет. Теперь можете начинать игру. Вы будете читать отрывок из стихотворения Маршака, а ребенок станет изображать героя. Для этого он будет поворачивать туловище вправо и влево, свободно болтая мягкими, расслабленными руками. Кому этого недостаточно, может крутить еще и головой.

Итак, взрослый в этой игре должен читать стихотворение:

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

Когда вы произнесете последнюю строчку, ребенок должен резко наклонить тело вперед и вниз, перестав болтать руками и расслабившись. Можно позволить ребенку для иллюстрации этой части стихотворения упасть на пол, правда, тогда стоит позаботиться о его чистоте и ковровом покрытии.

Примечание. Чередование быстрых, энергичных движений с расслаблением и покоем очень полезно для гиперактивного ребенка, так как в этой игре он получает определенное удовольствие от расслабленного падения на пол, а значит, от покоя. Чтобы добиться максимального расслабления, повторите игру несколько раз подряд. Чтобы она не наскучила, можно читать стихотворение в разном темпе, а ребенок соответственно будет замедлять или ускорять свои движения.

### «Путешествие на облаке» (Фопель К).

Цель: упражнение на релаксацию, дает детям успокоиться и настроиться на работу.

Материалы: В качестве сопровождения желательно использовать спокойную инструментальную музыку.

Учитель обращается к детям: Сядьте удобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...Я хочу пригласить тебя в путешествие на облаке. Прыгни на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как

твои ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Твое облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуешь, как ветер овеивает твое лицо? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть твое облако перенесет тебя сейчас в такое место, где ты будешь счастлив.

Постарайся мысленно "увидеть" это место как можно более точно. Здесь ты чувствуешь себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное... (30 секунд.)

Теперь ты снова на своем облаке, и оно везет тебя назад, на твое место в классе. Слезь с облака и поблагодари его за то, что оно так хорошо тебя покатило... Теперь понаблюдай, как оно медленно растает в воздухе... Потянись, выпрямись и снова будь бодрый, свежий и внимательный.

«Быстрые превращения» (Фопель К.)

Цель: упражнение на снятие напряжения после «сидячей» работы

Материалы: Аудиокассета с записью бодрой инструментальной музыки.

Учитель обращается к детям: Сейчас зазвучит музыка, и вы начнете ходить по классу. Когда музыка остановится, вы тоже должны остановиться. В этот момент я скажу вам, кого вы должны изобразить... (Включите музыку и остановите ее примерно через одну минуту.) Теперь вы все должны превратиться в Бабу-Ягу. (Снова включите музыку на 30 секунд.)

Теперь все - роботы. Встаньте парами и покажите друг другу, что вы роботы... (Снова поставьте музыку на 30 секунд.)

Другие превращения: грустный клоун, веселый танцор, нервный грабитель, утомленный бегун на короткую дистанцию, улыбающийся манекен, боксер перед борьбой, певец, заслуживший аплодисменты.

«Прикосновение»

Цель: Эта игра поможет ребенку расслабиться, снять напряжение, повысит его тактильную восприимчивость.

Подготовьте предметы, сделанные из различных материалов. Это могут быть кусочки меха, стеклянные вещи, деревянные изделия, вата, что-нибудь из бумаги и т.д. Положите их на стол перед ребенком. Когда он их рассмотрит, предложите ему закрыть глаза и попробовать догадаться, чем вы прикасаетесь к его руке.

Примечание. Можно также прикасаться к щеке, шее, колену. В любом случае ваши касания должны быть ласковыми, неторопливыми, приятными.

3. Игры, развивающие волевую регуляцию

### «Говори по сигналу»

Цель: регуляция речи, выработка самоконтроля.

Сейчас вы будете просто общаться с ребенком, задавая ему любые вопросы. Но отвечать он вам должен не сразу, а только когда увидит условный сигнал, например сложенные на груди руки или почесывание затылка. Если же вы задали свой вопрос, но не сделали оговоренное движение, ребенок должен молчать, как будто не к нему обращаются, даже если ответ вертится у него на языке.

Примечание. Во время этой игры-беседы можно достигать дополнительные цели в зависимости от характера задаваемых вопросов. Так, с интересом расспрашивая ребенка о его желаниях, склонностях, интересах, привязанностях, помогаете ему обратить внимание на свое "я".

### «Замри»

Цель: формирование элементов самоконтроля.

В этой игре ребенку необходимо быть внимательным и суметь преодолеть двигательный автоматизм, контролируя свои действия.

Включите какую-нибудь танцевальную музыку. Пока она звучит, ребенок может прыгать, кружиться, танцевать. Но как только вы выключите звук, игрок должен замереть на месте в той позе, в которой его застала тишина.

Примечание. В эту игру особенно весело играть на детском празднике. Воспользуйтесь этим, чтобы потренировать ребенка и одновременно создать атмосферу раскованности, так как дети часто стесняются танцевать посерьезному, а вы им предлагаете сделать это в игре, как бы в шутку. Можно внести и соревновательный мотив: те, кто не успел застыть после окончания музыки, выбывают из игры или подвергаются каким-то шуточным наказаниям (например, сказать тост имениннику или помочь накрыть на стол).

### «Царевна Несмеяна»

Цель: формирование элементов самоконтроля.

Всем знакомы жалобы детей на то, что кто-то другой мешает им сосредоточиться и смешит их. В данной игре им придется преодолеть именно это досадное обстоятельство.

Вспомните такой мультипликационный персонаж, как царевна Несмеяна. Развеселить ее было практически нереально, она ни на кого не обращала внимания и лила слезы день и ночь. Сейчас ребенок будет такой царевной. Плакать, конечно, не стоит, но смеяться ему строго-настрога запрещается (иначе какая же это Несмеяна?). В том же мультике, как известно, был обеспокоенный отец, обещавший царевну в жены и

полцарства в придачу тому, кто ее развеселит. Такими потенциальными женихами, охочими до царской казны, могут выступать другие дети. Они окружают царевну (которую может играть как мальчик, так и девочка) и пытаются всеми силами заставить ее улыбнуться. Тот, кто в этом деле окажется успешным настолько, что вызовет у Несмеяны широкую улыбку (видны будут зубы), считается выигравшим этот конкурс женихов. В следующем туре этот человек меняется с царевной местами.

Примечание. Лучше устанавливать некоторые ограничения среди "женихов" (они не имеют права дотрагиваться до царевны) и для Несмеяны (она не должна отворачиваться или закрывать глаза или уши).

#### 4. Коммуникативные игры

##### «Сиамские близнецы»

Цель: развитие концентрации внимания, сплочение группы.

Спросите у ребенка, знает ли он, кто такие сиамские близнецы. Если он об этом не слышал, расскажите ему, что очень редко, но все же случается, что рождаются сразу не просто два ребенка, а дети, сросшиеся между собой. Чтобы воображение ребенка не нарисовало ему ужасную картину на эту тему, утешьте его, что современная медицина способна их разделить и они живут, как и все остальные. Но в древние времена врачи еще не умели делать такие операции. Поэтому сиамские близнецы жили всю жизнь не только душа в душу, но и имея почти общее тело. Узнайте мнение ребенка, трудно ли так жить. В каких ситуациях им нужно было проявлять согласованность в совместных действиях?

После того как эмоциональное отношение к проблеме высказано, переходите к делу. Скажите ребенку, что наверняка такие братья или сестры становились просто гениями общения, ведь чтобы сделать хоть что-нибудь, им приходилось все согласовывать и подстраиваться друг под друга. Поэтому вы сейчас поиграете в сиамских близнецов, чтобы научиться хорошо общаться.

Возьмите тонкий шарф или платок и свяжите им руки детей, стоящих рядом друг с другом лицом к вам. Оставьте свободными кисти рук, детям они понадобятся. Теперь расскажите игрокам, что им предстоит нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только той рукой, которая привязана к партнеру. Дайте детям карандаши или фломастеры разного цвета, по одному в несвободную руку. Тему рисунка задайте сами или предложите выбрать детям.

Предупредите играющих, что жюри (то есть вы или другие взрослые) будет оценивать не только качество полученной картины, но и течение самой работы: были ли споры и конфликты между игроками, одинаковое ли участие они принимали в работе (что легко оценить по количеству на картинке цвета, которым рисовал ребенок), обсуждали ли дети сюжет рисунка, порядок рисования и т. д.

Примечание. После того как рисунок будет закончен, обсудите с художниками, трудно ли им было работать и понравилось ли им создавать картину вместе. Можно ненавязчиво остановиться на ошибках в сотрудничестве, допущенных детьми. Однако не забудьте перед этим отметить положительные стороны их общения.

«Чужими глазами»

Цель: развитие сотрудничества между детьми, выработка терпения и внимания, развитие коммуникативных навыков.

В этой игре дети тоже должны создать общую картину. Но при этом их сотрудничество не будет равным, как в предыдущей игре.

Одному ребенку завязывают глаза, он будет художником. Второй игрок станет его глазами. Задайте детям тему для рисования. Проводить линии на рисунке имеет право только ребенок с завязанными глазами. Но управлять его движениями с помощью слов будет партнер. В его задачу входит руководство руками художника, причем дотрагиваться до "мастера" ему запрещается. Соответственно к обоим игрокам предъявляются довольно высокие требования, один из них должен быть терпеливым и внимательным, стараться понять и правильно выполнить инструкции, а второй - уметь четко выражать свои мысли, делать их понятными для другого, контролировать свои действия, избегая выполнения задания за партнера, даже когда он что-то делает неправильно. Поэтому данная игра является непростой иногда и для подростков, особенно если они склонны к импульсивности. Тем не менее, она вызывает у детей живой интерес, и обычно каждый стремится побывать в той и другой роли (по сути - то ведущего, то ведомого) и потом поделиться впечатлениями, какая из них давалась ему легче.

Примечание. Закончив рисунок, как и в предыдущей игре, обсудите с детьми не только полученный результат, но и сам процесс рисования.

«Ожившие игрушки»

Цель: развитие навыков невербального общения, развитие самоконтроля.

Спросите у ребенка, как он думает, что происходит ночью в магазине игрушек. Выслушайте его версии и предложите представить, что ночью, когда нет покупателей, игрушки оживают. Они начинают двигаться, но очень тихо, не говоря ни слова, чтобы не разбудить сторожа. Теперь изобразите сами какую-нибудь игрушку, например медвежонка. Пусть ребенок постарается угадать, кто это. Но ответ он должен не выкрикнуть, а записать (или нарисовать) на листке, чтобы шумом не выдать игрушек. Затем пусть ребенок сам покажет любую игрушку, а вы постараетесь отгадать ее название. Обратите внимание, что вся игра должна проходить в абсолютной тишине. Когда вы почувствуете спад интереса у ребенка, то объявите, что светает. Тогда игрушки должны снова встать на свои места, таким образом, игра будет окончена.

Примечание. В данной игре ребенок приобретает навыки невербального (без использования речи) общения, а также развивает самоконтроль, ведь когда он догадался, что за игрушку вы изображаете, ему так хочется тут же сказать об этом (а еще лучше крикнуть), но правила игры не позволяют сделать этого. Когда же он сам изображает игрушку, тоже нужно приложить усилия, чтобы не издавать звуков и не подсказывать взрослому.

#### «Разговор через стекло»

Цель: тренировка невербального мышления, фокусирует внимание ребенка на другом человеке.

Эта игра похожа на предыдущую, но изображать без слов в ней придется уже не отдельные слова, а предложения.

Помогите ребенку представить, что он находится на пятом этаже дома. Окна плотно закрыты, звук сквозь них не проникает. Вдруг он видит внизу на улице своего одноклассника. Тот что-то пытается ему передать и отчаянно жестикулирует. Пусть ребенок постарается понять, какую информацию до него пытаются донести. Когда вы в роли одноклассника будете пытаться изобразить загаданное вами предложение, то можно использовать не только мимику, жесты и движения, но и подручные средства. Например, если вы хотите передать ученику за стеклом, что уроков сегодня не будет, то можно изобразить это не только радостью, но и делая вид, что выкидываете портфель. Если ребенок не может догадаться, что вы показываете, то пусть пожмет плечами. Тогда попробуйте показать то же самое каким-то другим способом. Если же у него готов какой-то ответ, то в данной игре можно его произнести вслух. Если ребенок верно отгадал только часть предложения, то вы сможете повторить правильную часть, а остальную пусть снова отгадывает. В следующий раз поменяйтесь с ним ролями. Персонажи, пытающиеся что-то вам поведать с земли, тоже могут меняться: представьте и бабушку, и соседку, и учительницу и пр.

Примечание. Таким образом, это игра развивает способность понимать других людей, быть внимательным к их различным поведенческим проявлениям.



Гиперактивного ребенка (а бывает, что их двое, трое и больше в группе) можно также заметить, если понаблюдать, как дети приступают к деятельности, которую им предлагает психолог в центре. Такой ребенок начинает выполнять задание, не дослушав инструкцию до конца, но через некоторое время, когда другие дети обычно уже активно включаются в работу, он не знает, что нужно делать.

Гиперактивный ребенок либо продолжает бесцельные действия, либо назойливо переспрашивает, что и как делать. Несколько раз в ходе выполнения задания он меняет цель, а в некоторых случаях может и вовсе забыть о ней. Во время работы часто отвлекается, причем нередко по поводам, совершенно не связанным с выполнением деятельности. Ребенок не пытается хоть как-то организовать свою работу, чтобы облегчить выполнение задания, не использует предложенные средства, поэтому допускает много ошибок, которых не видит и не исправляет.

Гиперактивный ребенок постоянно находится в движении, независимо от того, чем он занимается: математикой, физкультурой или проводит свободное время. На занятиях физкультурой, например, он в один миг успевает начертить мелом полосу для бросков мяча, построить группу и стать впереди всех для выполнения задания. Однако результативность подобной "брызжущей" активности не всегда имеет высокое качество, а многое начатое просто не доводится до конца.

Внешне создается впечатление, что ребенок очень быстро выполняет задание, и, действительно, быстрым и активным является каждый элемент движения, но в целом у него много лишних, побочных, ненужных и даже каких-то навязчивых движений.

Дефицит внимания, контроля и самоконтроля подтверждается и другими особенностями поведения: перескакиванием с одного дела на другое, недостаточно четкой пространственной координацией движений (заезжает за контуры рисунка, задевает при ходьбе за углы). Тело ребенка как бы не "вписывается" в пространство, задевая предметы, натываясь на простенки, дверные проемы. Несмотря на то, что нередко у таких детей "живая" мимика, быстрая речь, подвижные глаза, они часто оказываются как бы вне ситуации: застывают, выключаются, "выпадают" из деятельности и из всей ситуации, то есть "уходят" из нее, а затем, спустя некоторое время, снова в нее "возвращаются".

### Нарушения в эмоциональной сфере

Однако вышеописанные особенности поведения все же не дают полной характеристики этого типа детей, хотя и лежат на поверхности в виде повышенной двигательной активности и недостаточно сформированных действий самоконтроля. Может быть, не столь ярко выступающими, но имеющими чрезвычайно важное значение и для понимания природы гипер-активного поведения детей, и для

коррекции отдельных ее проявлений являются разнообразные симптомы и нарушения эмоциональной сферы.

Во-первых, дети этого типа часто или возбудимы, или внутренне напряжены. Для них характерны смена настроений, переживание, чувства страха, проявления тревожности, негативизма.

Во-вторых, обследования подтверждают, что эти дети бедны эмоциональными ощущениями: у них не выразительны в цветовом отношении рисунки, стереотипны и поверхностны образы; беден эмоциональный отклик на музыкальные, художественные произведения; неглубоки эмоциональные проявления по отношению к другим людям.

В-третьих, чему следует уделить особое внимание, подобная картина эмоционального поведения дошкольника может быть существенно дополнена изучением эмоциональной взаимосвязи между ребенком и близким взрослым, в первую очередь между ребенком и матерью.

## Роль семьи

Характерно, что и как гиперактивные дети передают в рисунке своей семьи. Понимая, что такое семья, перечислив всех ее членов, в том числе и себя, они прежде всего рисуют предметы, дома, деревья, облака, траву, лишь постепенно переходя к людям. А изобразив членов семьи: папу, маму, тетю, бабушку, очень часто "забывают" найти в этом кругу людей место для себя. На вопрос психолога: "Почему же тебя нет на рисунке?" – ребенок обычно отвечает: "А я на кухне", "А я в детском саду", "А я на улице". То есть через рисунок семьи передается отсутствие теплого, тесного контакта ребенка с близкими взрослыми, чувства других и себя среди этих других, проявляется отдаленность и отделенность от них, и прежде всего от матери.

И действительно, услышав предложение психолога сесть рядом с ребенком, некоторые мамы удивляются: "Как это рядом? Мы так никогда не сидим!". Другими словами, они всегда "над" ребенком, "напротив" – в положении судьи и контролера. А вот рядом, вместе, чтобы было тепло и удобно обоим, – это трудно и непривычно.

Итак, роль семьи, и прежде всего эмоциональной связи ребенка с матерью, в закреплении, а иногда и в возникновении гиперактивности как определенного способа взаимодействия ребенка с миром чрезвычайно высока. Именно неудовлетворенность ребенка общением с близкими взрослыми часто является причиной такого поведения, ибо взрослый для дошкольника – центр его эмоциональной жизни: отношений, контактов с другими людьми, привязанностей.

Итак, мамы гиперактивных детей очень часто не выдерживают бурного темперамента, чувствительности и эмоциональности своих детей и прибегают к угрозам "лишения любви", воздействуя таким образом на неокрепшие чувства ребенка, манипулируя ими и создавая основу для возникновения тревоги, беспокойства и страха.

Можно дополнить картину взаимоотношений гиперактивного ребенка с близким взрослым еще некоторыми особенностями. Во многих семьях гиперактивные дети находятся под неослабным контролем матери, но именно поэтому у них плохо развиваются чувства независимости и самостоятельности. Матери, контролируя, дают больше указаний, но менее ласковы к детям, мало поощряют и хвалят их.

Результатом же этого становятся чаще всего неумеренное ужесточение режима воспитания, иногда жалость, апатия от ощущения безысходности или, наоборот, чувство вины за неправильное воспитание. Создается ситуация, когда в процессе воспитания ребенок получает значительно больше негативных, чем позитивных, воздействий. Его часто наказывают, начинают сомневаться в его способностях, постоянно указывают на ошибки, а иногда начинают считать неполноценным.

В некоторых случаях дети с гиперактивностью могут провоцировать родителей к резко агрессивным реакциям, особенно если сами родители неуравновешены и неопытны. То есть, с одной стороны, гиперактивность у детей может быть сильно выражена из-за недостаточного или неадекватного воспитания, а с другой стороны, ребенок с гиперактивностью сам создает условия, которые становятся причиной трудностей взаимоотношений в семье, вплоть до ее распада.

Гиперактивные дети имеют огромный дефицит физического и эмоционального контакта с матерью. В силу своей повышенной активности они как бы сами "уходят", отстраняются от таких контактов с матерью, но на самом деле глубоко нуждаются в них. Из-за отсутствия этих важных контактов чаще всего и возникают нарушения в эмоциональной сфере: тревожность, неуверенность, возбудимость, негативизм. А они, в свою очередь, отражаются на умении ребенка контролировать себя, сдерживаться, быть внимательным, переключаться на другое.

# Кризис 7 лет

Переход ребенка от дошкольного к младшему школьному возрасту сопровождается развитием нормального возрастного кризиса развития — кризиса 7 лет.

Развитие малыша происходит неравномерно и представляет собой чередование кризисных и спокойных (летических) периодов, которые поочередно сменяют друг друга. Каждый новый этап развития неизменно начинается с нормативного возрастного кризиса, который проходят практически все дети соответствующего возраста.

Кризис 7 лет не первый: в своем развитии ребенок уже прошел несколько подобных кризисов — кризис новорожденности, кризис первого года и трех лет. Начало кризиса семилетнего возраста обычно совпадает с моментом поступления ребенка в школу. Обычно старшие дошкольники стремятся поскорее начать обучение в школе и всячески торопят этот момент. Благодаря занятиям в детском саду, ознакомительным посещениям школы и общению с друзьями, которые уже стали школьниками и демонстрируют перед малышами свою взрослость, дети к 6—7 годам хорошо знакомы с особенностями и правилами школьной жизни. Ребенок понимает, что обучение в школе накладывает на него новые обязанности, но он готов выполнять их, поскольку ему хочется скорее почувствовать себя взрослым. Стать школьником означает для него прикоснуться к жизни взрослых, через это он получает возможность почувствовать себя полноценным членом общества. С приближением момента поступления в школу ребенок начинает воспринимать себя не просто как Таню или Сережу, у него появляется восприятие себя как ученика, участника школьной жизни, то есть малыш впервые начинает осознавать свое общественное Я. Все это определяет появление у ребенка новой психологической характеристики — уважения к самому себе.

Однако некоторые дети не проявляют желания учиться в школе, не хотят уходить из детского сада, желая по-прежнему оставаться маленькими и беззащитными.

**Почему же это происходит?**

С одной стороны, причиной этого явления может стать позиция взрослых, окружающих ребенка.

Ни для кого не секрет, что многие из нас недовольны сегодняшней жизнью и своим местом в ней. Нередко это чувство недовольства родители пытаются компенсировать с помощью детей. Как часто можно услышать от мам, приводящих своих малышей на консультацию к психологу перед поступлением в школу: Мой Саша очень умный и сообразительный мальчик, я думаю, что он будет учиться лучше всех в классе! Нередко такие родители не видят имеющихся проблем развития ребенка, не воспринимают даваемые учителями и психологами рекомендации, считая, что их малыш лучше всех.

При этом они ругают ребенка, когда он делает что-то не так, не понимая, что малыш не может научиться всему и сразу, ему надо приложить массу усилий, чтобы в действительности оказаться таким, каким его хотят видеть мама и папа. Конечно, неплохо, когда родители поддерживают своего сына или дочку, формируя у него положительную оценку. Хуже, когда эта поддержка абсолютизируется, когда ребенок в самом деле начинает воспринимать себя особенным, самым хорошим и умным. В этом случае у малыша может сформироваться боязнь оказаться несостоятельным, страх не оправдать те огромные надежды, которые на него возлагаются. С другой стороны, причиной снижения стремления детей учиться в школе может стать и то, что современные программы обучения и воспитания в детском саду становятся все более приближенными к школьным. Уже в садике ребенок начинает привыкать к урокам и учительнице, которая приходит заниматься к ним в группу, к школьному режиму дня. В этом случае поступление в школу перестает восприниматься ребенком как нечто особенное, он теряет интерес к этому, у него снижается стремление примерить на себя новую роль — роль школьника.

Итак, самоуважение — основное новообразование кризиса 7 лет.

Старший дошкольник начинает стремиться к участию в жизни не только своей семьи, но и общества в целом, а наиболее близкий и доступней в его восприятии способ реализации этого стремления — поступление в школу. Вот почему большинство детей с нетерпением ждут этого момента, с удовольствием играют в школу и по несколько раз в день перебирают купленные мамой и папой школьные принадлежности. Шести-семилетний ребенок стремится всячески продемонстрировать, что он уже стал взрослым, что он многое знает и понимает, он хочет постоянно участвовать в разговорах взрослых, высказывать свое мнение и даже навязывать его окружающим. Дети этого возраста любят надевать взрослую одежду, часто примеряют мамины туфли или папину шляпу, девочки, когда поблизости нет мамы, пытаются использовать ее косметику.

Если вы стали замечать, что ваш 6-7 - летний ребенок все чаще привлекает к себе внимание, становится капризен и раздражителен, при этом стремится участвовать во всех ваших делах и разговорах, можно предположить, что малыш вступает в очередной кризисный период своего развития.

Мы возьмем на себя смелость дать вам несколько несложных рекомендаций, как общаться с ребенком в этот непростой для него период, и они, мы надеемся, помогут вам наиболее быстро и безболезненно преодолеть имеющиеся трудности.

- Поощряйте самостоятельность и активность ребенка, предоставьте ему возможность действовать самостоятельно. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя. Помогайте ребенку в сложных ситуациях.

- Привлекайте ребенка к обсуждению различных «взрослых» проблем. Поинтересуйтесь его мнением по обсуждаемому вопросу, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать. Возможно, в том, что говорит ребенок, есть рациональное зерно. Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается. Будьте готовы принять точку зрения малыша и согласиться с ним. Это не нанесет ущерба вашему авторитету, зато укрепит в ребенке чувство самоуважения.

- Будьте рядом с ребенком, покажите, что вы понимаете и цените его, уважаете его достижения и можете помочь в случае неудачи.

- Не отмахивайтесь от вопросов малыша, даже если вы неоднократно отвечали на них. Ведь 6—7-летний возраст — это возраст почемучек, ребенку интересно буквально все, его любознательность не знает границ. Возможность получить ответы на все возникающие вопросы дает сильный толчок для интеллектуального и социального развития малыша.

- Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребенку, то стойте на своем до конца. В противном случае слезы и истерики станут для него удобным способом настоять на своем мнении. Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребенку одинаковые требования. Иначе то, что не разрешают папа с мамой, будет очень легко выпросить у бабушки — и тогда все усилия пойдут насмарку.

- Подавайте ребенку пример «взрослого» поведения. Не демонстрируйте при нем обиду и раздражение, недовольство другим человеком. Соблюдайте культуру диалога. Помните, что ваш малыш в общении во всем подражает вам, и в его поведении вы можете увидеть зеркальное отражение своих привычек и способов общения.

Существует также кризис 3 лет, кризис 7 лет, наши, отечественные психологи выделяют кризис года, а западные выделяют кризис 2-х лет, просто потому что немножечко другая периодизация. Есть плавающий кризис в районе 5 лет, и плюс еще



есть младший подростковый возраст 8-9 лет, когда ребенок делает так называемый первый ростовой рывок и становится неуправляемым.

Развитие ребенка протекает не плавно, а бурными скачками.

Кризисный период это время перестройки отношений. Со взрослыми, с миром. Это период, когда ребенку очень трудно — он меняется, он растет и становится в это время неуправляемым. Одна из примет кризисного возраста — это негативизм. Это когда к любому предложению взрослого добавляется частица «не». Знаю такой предельный пример из практики «Не едет не красная не машина», когда ребенок так отвечает на фразу мамы, что едет красная машина. Если ваш ребенок говорит нет почти всегда, например, прежде чем почитать книжку, съесть любимую кашу, пойти гулять, когда он это любит, говорит «нет, не хочу», то это негативизм, а это примета кризиса.

Обычно критический период длится 2-3 месяца, потом становится более управляемым, т.е. такие вспышки непослушания. Если в кризисный период непослушания взрослый будет давить, отрицать со своей стороны народившуюся волю ребенка, то негативизм может закрепиться, остаться в характере. Наверное, каждый может вспомнить взрослых людей, которые всю свою жизнь строят от слова «не», такие бунтари, революционеры. Такое непослушание нужно понимать как рост маленького человека, для него требуется огромного мужества спорить с мамой. Непослушанию нужно радоваться: раз кризис, значит, ребенок растет. Но это вовсе не означает подчинения всем требованиям ребенка.

Хорошо, если родители могут дать ребенку право на это «нет», сказать: «Да, я слышу, что ты не хочешь». Но это не значит согласиться. После того, что я слышу следует большое «НО». «Ты не хочешь, но такие обстоятельства» или — «Но нужно». Ребенку, который открыл свое «я хочу» предстоит также открыть еще другие «я хочу». Важно, чтобы взрослые не отказывались от своего «я», своего мнения.

Итак, первая причина детского непослушания — возрастные кризисы развития.

А вторая причина непослушания — это недостаток внимания со стороны взрослого. Непослушание может быть одной из стратегий поведенческой для привлечения внимания взрослого.

Дети так устроены: что им лучше плохое, отрицательное внимание со стороны родителей, чем никакого вообще.

Это бывает у детей сверх-занятых родителей или детей, которые много времени проводят вне дома, школы-пансионы, детский сад полного дня, и вот они приходят со своего детского full tim'a и им нужно внимания, а по-нормальному они его привлечь не умеют или может быть взрослые не реагируют.

Ведь когда ребенок себя хорошо ведет можно заниматься своими делами, а когда не слушается по неволе обращаешь на него внимание и это непослушание.

Непослушание, как привлечение внимания, должно быть очень верно оценено родителями.

Если за это непослушание родитель наказывает или отвергает эмоционально, не видя зерна, то, во-первых, ребенок себя будет вести таким же образом, чтобы привлечь хоть какое-то, но внимание, а во-вторых, ощущение недолюбленности будет храниться.

Ребенка, который себя ведет неправильно в такой ситуации нужно не отвергать, а найти момент, когда он ведет себя каким-то нормальным образом и приласкать, поговорить, почитать, побыть с ним

Еще может быть непослушание третьего вида (первый вид, как мы выяснили — кризис, второй — недостаток внимания) — это борьба за власть с родителями.

Очень часто ребенок, начиная в возрасте с 2-х половиной лет и до семи, начинает выяснять кто главный в семье.

Тут непослушание — это открытое неповиновение.

Ребенок не находится в кризисе, он просто хочет, чтобы все было, как хочет он. Он хочет распространить свое мнение. Тут нужна совершенно другая реакция. Это непослушание, что называется должно быть отбито.

Ребенок развивается нормально, когда знает, что взрослый в семье главный.

И если это непослушание намеренное, борьба с авторитетом мамы или папы ему нужно показать, что вызов понял, вызов принял, границы есть, границы на замке. Непослушание этого рода взывает к тому, чтобы в семье были четкие границы дозволенного, что можно, а что нет.

Если отказывается есть, капризничает за столом, норовит опрокинуть тарелку?

Для начала смотрим какая из причин поведения может здесь быть. Я еще не сказала о четвертой причине непослушания, которая очень характерна для маленьких детей — это просто физическая усталость.

Когда мы видим ребенка дошкольника или младшего школьника с его миллионом занятий нужно первым делом определить вменяем он или нет сейчас, в рабочем ли он диапазоне, или он устал, голоден, перевозбужден, до того, что он плохо себя контролирует.

У детей этот порог, когда он устает быстро наступает. Усталость такая шквальная. Невменяемый ребенок бывает часто после прогулки, во время обеда, перед сном или вечером.

Если это капризы от усталости можно даже покормить, если ради привлечения внимания, то надо сказать, чтобы быстро доел, а потом пойдём читать книжку, если капризы проявления борьбы за власть (при условии, что он вменяем, получил достаточно внимания), нужно сказать, что если еще раз кидаешь тарелку ты уходишь из-за стола, не поевши.

Основное правило по отношению к плохому поведению для взрослого: не подключаться к эмоциональной волне ребенка, не начинать вибрировать в том же ритме.

Если ребенок пищит, верещит, а дети это делают очень заразительно, так что любому взрослому тоже хочется закричать.

Очень важно не включаться и не отвечать на равных.

Помните, как в этой речке утром рано утонуло два барана. Важно не раздражаться, не отвечать на каприз криком, повышаете тон, знайте — это не работает, это не воспитательная мера.

Ситуация: ребенок по отношению к сверстникам проявляет агрессию, может взять и стукнуть машинкой ребенка на площадке без всякой причины.

Чем это объяснить и что с этим делать?

Существуют варианты родительского поведения в такой ситуации. Для того, чтобы выбрать правильный вариант, необходимо верно оценить ситуацию.

Может, этот ребенок детей видит редко и на площадках почти не бывает.

В те редкие моменты, когда его туда приводят, он просто не знает, что с детьми делать. И от большого желания общаться и не умения просто бьет машинкой.

Такого ребенка постепенно окультурировать, приучать к каким-то нормам поведения, принятым, непринятым.

Может быть, ребенок проявляет агрессию, полученную в семье, он ее выплескивает или переадресовывает.

Например, переадресовывает агрессию, которая у него к младшему брату, дома ему не разрешается, а тут он на чужого ребенка.

Или берет пример из кино, где большие и взрослые дяди делают «бух» и «бах». И он подражает образцам, увиденным с телеэкрана. У нас огромное количество агрессии, наведенное масс-медиа. Это огромная агрессия, о которой все уже устали говорить специалисты по развитию и врачи.

Считается, что маленький ребенок до совершеннолетия с телеэкрана видит 18 тысяч убийств, не говоря уже о выворачивании внутренностей, перерубании конечностей. И только одно это может породить агрессию.

Сначала мы в плохом поведении видим причину, называем ее для себя, а уж потом — реагируем.

Это возможно любому включенному взрослому, не реагировать на раздражение раздражением, а посмотреть почему это дите себя так ведет.

Алгоритм поведения взрослого может быть таким: Если ребенок еще дошкольник, его нужно из ситуации, в которой агрессивное поведение возникает, извлечь.

Просто взять на руки или за руку и отвести в сторонку.

Пока дерущийся ребенок находится в непосредственной близости от того, кого он колотит — он собой не владеет, его нужно извлечь.

Ребенку нужно сказать, спокойно и властно, желательно глядя прямо в глаза: «я тебе так делать не разрешу. Я никому не разрешу бить тебя и тебе не разрешаю бить». И дальше не отвергая ребенка, сказать ему: «ты ведешь себя как совсем маленький» — это самое действенное.

«Ты плохой мальчик и я тебе руки замажу зеленкой» — такие комментарии не работают. Надо сказать, что ты ведь такой хороший, что ты так плохо сделал.

Есть такой род плохого поведения, когда на самом деле то, что взрослые воспринимают как агрессию, агрессией не является — это те моменты, когда дети бурно возятся.

И им это ситуация не дискомфортна. Это такая возня, как щенки возятся и если спросить, что вы дрались? Они могут сказать, что нет, мы играли. Для взрослого может казаться это дракой, поэтому нужно смотреть и вступать в эти детские

столкновения, только когда вас позвали. Это если о мальчиках, потому что взрослым, которые за них отвечают они всегда кажутся слишком шумными, слишком агрессивными.

Ситуация: в семье не один ребенок, и один может обижать систематически другого. Ведь бывает такое. Причина кроется в отношении родителей к детям или еще в чем-то?

Многие маленькие девочки не могут и день прожить без вредничания или поддевания друг друга, то маленькие мальчики, братья с небольшой разницей в возрасте не могут прожить без потасовки.

Родителям нужно остро реагировать на агрессию, когда у детей неравные силы.

Когда один ребенок явно обижает более слабого или же обижает младенца, который не на что не может ответить, он в пеленках лежит.

Бывает что это дело рук родителей, потому что выделение более любимого ребенка приводит к тому что у нелюбимого появляется агрессия по отношению к любимчику. Она может годами проявляться, в течении всей жизни иногда. Может быть так, что не поделили взрослого. Взрослые не выделяют любимчика, а тот кто был первенцем, кто был долгое время единственным не захочет уступать маму-няню-бабушку-папу.

Дети делят место под солнцем, то есть около взрослого.

В общем -то агрессию в семье, особенно от старшего к младшему идущую нужно жестко очень контролировать и запрещать еще в самом начале.

С самого начала надо сказать, что нет, я не позволю тебе бить малыша, что вы оба мои дети и я тебе этого не разрешу. Это такая забытая мера — слово родителя, сказанное со властью. Хорошо еще поймать взгляд ребенка, говорить все без раздражения. Если вы сорвались в раздражение и крик, то дело пропало. Ребенок только поймет, что в этот момент родитель его не любит.

«В нашей семье никто никого не бьет», — должно быть сказано спокойно и со властью. Агрессия может быть также если ребенок видит стычки между родителями эмоциональные или какие-либо еще. Конечно, он будет моделировать это родительское поведение.

Есть такой закон семейной механики — нельзя просить того, чего сам не выполняешь.

Если родители склонны к повышению голоса и ребенок тоже будет покрикивать на младшего или ровесников в саду.

Если папа распускает руки, и физические наказания детей в гневном и беспокойном состоянии родителей в семье не редкость — то возникнет лестница агрессии: папа бьет старшего, старший бьет младшего, младший бьет кошку.

Ситуация: маленький ребенок в ответ на какой-то запрет в истерике кидается кулаками на маму. Не то что бы в драку, конечно, но машет кулачками в рыданиях. Как правильно себя вести маме?

Это как раз поведение, свойственное критическим периодам развития, когда тот самый негативизм. То, как реагируют родители, зависит от их воспитательного подхода в целом.

Родители либеральные, которые боящиеся ограничить творческую свободу личности стараются минимально ограничивать любые проявления чувств и желаний ребенка, в частности и агрессивные.

И если мама будет пасовать и растерянно смотреть, говоря, что же ты делаешь, то мне кажется это не совсем нормальная родительская реакция.

Т. е. это одна из первых границ, которых ребенку нужно освоить, когда он начал говорить, активно входить в мир, что на взрослого и на младшего и на девочку, например, нельзя поднимать руку. Эта граница сама в сознании ребенка не возникает. Здесь требуется своеобразное давление и работа со стороны взрослого. И есть вещи, которые надо детям запрещать, как говорилось выше — спокойно и со властью. Вообще-то ребенка, который может поднять руку на маму, то надо спокойно (это ключевой момент), а если спокойствия нет не надо делать ничего, перехватить руку ребенка и сказать, что маму бить нельзя, взрослых бить нельзя, ты еще этого не понимаешь.

«Ты можешь бить ровесников, но маму не можешь, ведь мама тебе не ровесница и не подружка». Надо донести до сознания ребенка, что родители не обижают, а воспитывают, даже если это иногда обидно.

Обычно кулачками много машут те, кто не умеет выражать свои чувства словами. Слова кончаются, начинаются учить действия.

Нужно с самого начала учить ребенка выражать словами свои чувства.

Например, он бьет ровесника, и не хочет останавливаться. Инстинктивный мамин ответ — крик.

Но вместо крика в ответ надо говорить: «ты очень рассердился и даже хочешь меня ударить». Тем самым вы облачаете те чувства в слова, которые он пока еще облечь не может. И вы перехватываете, но все равно не разрешаете, граница должна быть.

Если драчун не унимается, то хороший способ — это time out, временное прекращение контакта и общения с ребенком.

Тайм-аут — это не наказание, а передышка. На это время следует отправить ребенка в свою комнату или на специальный стульчик — скамейку штрафников со словами: «Ты будешь здесь сидеть, пока не придешь в себя».

. Конечно, если это не тридцатиметровое жилище, а если дом нормальных размеров, надо отправить в его комнату и сказать, что пока ты ведешь себя так побудь один, а потом надо поставить точку.

Ребенок очень быстро живет, быстро забывает, но надо уметь мириться даже с маленькими детьми.

Бывает, что взрослый продолжает дуться, а ребенок уже все равно в другом месте, в другом времени.

Нужно уметь поставить точку; ведь бывает еще вербальная агрессия, что-то типа, а ты, противная мама уйди. Должно быть это все разобрано в нейтральное время, а не когда ребенок себя плохо ведет.

Потому что когда он машет кулачками он в процессе, он не слышит, доступ к нему закрыт. Время небольшое, не день, не 2, а час, 2, подойти и сказать, что не надо махать кулаками на маму, зачем ты это делал, ведь ты же маму любишь. Он же действительно любит маму. У маленького ребенка бывает, что сначала он машет кулачком, а через минуту ластится, как котенок.

