

Понятие агрессии, причины ее проявления и коррекция в школьном возрасте.

Сочетание неблагоприятных биологических, психологических, семейных, социальных, экономических и других факторов негативно влияющих на образ жизни детей и подростков, вызывают нарушение эмоциональных отношений с окружающими людьми, что приводит к агрессивному поведению.

Чаще всего выделяют следующие виды агрессии:

■ физическую — проявляющуюся в конкретных физических действиях, направленных против какого-либо лица, либо наносящие вред предметам (ребенок дерется, кусается, ломает, швыряет предметы и т.п.)

■ вербальную — выражающуюся в словесной форме (ребенок кричит, угрожает, оскорбляет других)

■ косвенную — непрямая агрессия (ребенок сплетничает, ябедничает, провоцирует сверстников, и т.п.)

■ аутоагрессия — направлена на самого себя, выражается в нанесении себе вреда (обкусывании ногтей, выдирании волос, частом травмировании и т.п.).

Основными причинами проявлений детской агрессивности являются:

- стремление привлечь к себе внимание сверстников;
- стремление получить желанный результат;
- стремление быть главным;
- защита и месть;
- желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение детей, обычно выделяют:

- недостаточное развитие интеллекта и коммуникативных навыков;
- сниженный уровень саморегуляции;
- неразвитость игровой деятельности;
- сниженную самооценку;
- нарушения в отношениях со сверстниками.

Коррекция агрессивности

Младших школьников

☞ Наиболее адекватное поведение взрослых - это осуждение агрессии ребенка, но без строгих наказаний в случае проступка.

☞ Не фиксировать внимание на нежелательном поведении ребенка и не впадать самим в агрессивное состояние. Запрет и повышение голоса — самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Одной из самых больших и распространенных ошибок взрослых (даже специалистов - в основном, педагогов) является стремление подавлять всяческие проявления детской агрессивности.

Подавлять агрессию - опасно: подавленная агрессия не исчезает, а накапливается в бессознательном ребенка. В один отнюдь не прекрасный день она вырывается наружу в виде яростного взрыва, причем обычно достается людям невиновным. При этом детская агрессивность вызывает встречную агрессию у взрослых и сверстников и образуется порочный круг, выбраться из которого без помощи специалиста участники часто не могут.

Детская Агрессия



☞ Реагировать и откликаться на любые позитивные сдвиги в поведении ребенка, какими бы незначительными они ни были – ребенок хочет в каждый момент времени чувствовать, что его принимают и ценят.

☞ Релаксационный тренинг. Можно использовать кратковременные формы расслабления. Например, «Зигфрид»: 1. Фаза напряжения. Сядьте прямо, как свеча. Разведите руки, плечи и предплечья под прямым углом. Отведите плечи как можно дальше назад, как будто вы хотите удержать между лопатками маленький предмет, например, карандаш. 2. Фаза расслабления. Как только вы почувствуете боль, два раза вдохните и выдохните, затем расслабьтесь. Плечи и голова расслабленно падают вперед. Охватите руками свое колено и потяните руки и плечи.

☞ «Беседа с собой» – учит детей притормаживаться, размышлять перед тем, как совершить агрессивное действие. Такого рода беседа будет выступать буфером между порывом и слишком поспешным действием.

Итак, метод предполагает следующие шаги.

Ребенок определяет суть самой проблемы, включая вызванные эмоции: «Он говорит глупости, а я злюсь».

Затем обдумывает несколько альтернативных вариантов реагирования.

Педагог задает вопросы типа «Тебе нравится то, что ты сделал в этой ситуации?», «А как можно было поступить в этой ситуации?»

Разбираются варианты поведения и их последствия («А что будет, если...?»)

Затем принимается решение – что надо делать и как надо поступить.

Очень важно не только проговорить, но и записать алгоритм поведения в подобных ситуациях на языке, понятном ребенку. Он должен его заучить и ... прорепетировать.

Существует четыре типа поведения разведенных родителей: «злейшие враги», «сердитые компаньоны», «коллеги» и «друзья». И если в последних двух случаях матери обычно не препятствуют общению ребенка с отцом, да и тот стремится как можно чаще видеть своего сына или дочь, то в остальных – с общением могут быть проблемы.

И это не только категорический запрет на свидание с ребенком со стороны обиженной женщины. Увы, часто мужчины, разлюбив женщину и решив начать свою жизнь, что называется, с чистого листа, автоматически вычеркивают из нее не только бывшую жену, но и их общего ребенка.

Как быть в тех ситуациях, когда папа не приходит к ребенку, а тот все время спрашивает, где он?

Скажите правду

Не обманывайте ребенка по поводу непоявления его отца в до-

ме, они всё понимают... А ложь, в свою очередь, усиливает у ребенка тревогу и подрывает доверие к самому близкому человеку – матери (папы-то нет, и претензий к нему не предъявишь!).

Просто скажите ребенку правду, не давая оценок поведению бывшего мужа: «Дорогой, я не знаю, почему папа не хочет тебя видеть. Наверное, он очень занят или уехал, иначе обязательно пришел бы. Когда папа позвонит, я обязательно об этом скажу».

Обойдемся без подробностей

Ребенок не должен слышать разговоры о том, что папы у него нет. Покажите ему (или даже подадите) фото вашего бывшего мужа, расскажите, какой он был человек (только никакого негатива!), чем занимался. Важно, чтобы сын или дочь знали, как он выглядит, - это позволит им жить с уверенностью, что отец у них есть, хотя тот и не общается с ними.

Ни в коем случае не вводите детей в подробности тех обстоятельств, которые привели к разводу. Если мама начнет объяснять примерно следующее: «Мы с твоим папой разошлись, потому что он пил... Зарабатывал мало денег... Я его разлюбила... Мы ему не нужны...» и пр., ребенок может подумать, что в этом есть и его вина. Пока он слишком мал, а психика его очень не зрелая, и груз взрослых проблем ему не по силам.

Мужчина без мужчины

А как быть, если женщина родила ребенка «для себя», и отец его не только никогда не видел, но и, возможно, не знает о его существовании? Будьте мудры и постарайтесь ответить на все вопросы ребенка без негатива в адрес его отца.

Вместе стройте планы

Если в вашей жизни появился другой мужчина, не торопитесь перекладывать на него отцовские обязанности. Пусть он сначала подру-

жится с вашим сыном или дочерью. Это могут быть совместные походы в музей, кино, бассейн, приготовление ужина и даже уборка квартиры. Вместе стройте планы на будущее, мечтайте. Так вы поймете, чего на самом деле хочет ваш ребенок, о чем он думает.

И еще один важный момент. У ребенка должен быть фундамент в жизни, созданный родными людьми. Поэтому не препятствуйте общению ребенка с бабушкой, дедушкой и другими родственниками со стороны отца и не высказывайтесь негативно в их адрес.

Если папа создал другую семью, и в ней родились дети, не скрывайте от вашего общего ребенка этот факт. Ведь по отцовской линии это родные люди, которые во взрослой жизни могут оказаться очень близкими и нужными друг другу.

Папа /Татьяна Бокова/

У меня есть папа!
Спросите, какой он?
Самый СИЛЬНЫЙ папа,
Самый ХРАБРЫЙ воин!
Добрый. Умный самый.
Как не похвалиться.
Папой только с мамой
Можно поделиться.
У меня есть папа!
Всё равно, какой он!
Лучший в мире папа,
Потому что МОЙ ОН!

МБДОУ- Тюлячинский
детский сад №3

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:
«Если папа не приходит,
правильное воспитание без отца»



с.Тюлячи

В семьях, где родители больны алкоголизмом, дети обычно оказываются предоставленными самим себе. Их никто не воспитывает, никто не учит их различать добро и зло. Основным жизненным примером, который дети алкоголиков постоянно видят перед глазами, их вечно пьяные родители. Следуя этому примеру, впоследствии дети часто становятся алкоголиками. Алкоголизм родителей может привести к побегу детей из дома, их асоциальному поведению, участию в многочисленных драках и кражах.

Алкоголизм родителей также может привести к тому, что их лишат родительских прав, и дети будут воспитываться в детском доме. Такая ситуация также отрицательно скажется на психическом состоянии ребёнка. Ведь, несмотря на то, что родители не уделяют детям внимания, либо, наоборот, кричат и избивают их, дети всё равно их любят, и разлука с родителями – очередная психологическая травма для ребёнка.

Алкоголизм родителей – одна из самых серьёзных проблем. Если вы хотите зачать, родить и воспитать физически и психически здорового ребёнка, если вы понимаете, что ребёнок отходит для вас на второе место, а все ваши мысли только об алкоголе, обратитесь к специалисту, пока не стало слишком поздно.

ГОРДИТЬСЯ ИЛИ СТЫДИТЬСЯ?



Алкоголизм родителей – одна из самых страшных вещей, которые могут случиться в жизни ребёнка. Алкоголизм родителей приводит к тому, что маленький человек чувствует себя нелюбимым, брошенным, никому не нужным, ему не хватает родительских ласки и тепла, так как большую часть своего внимания и любви, большую часть, а то и всех себя родители отдают бутылке.

Алкоголизм одного или обоих родителей, как показывает история и практика, это социальное явление. Реклама алкоголя, доступность, отсутствие жизненных перспектив, установок, пример взрослых, отсутствие контроля и внимания к ребёнку со стороны родителей, и иные факторы, которые начинают влиять ещё в детском и, особенно, в подростковом возрасте.

Алкоголизм родителей не формируется в момент создания семьи или рождения ребёнка, к этому времени, как правило, алкогольная зависимость уже имеется, которая была сформирована до вступления в брак у одного или обоих родителей. Так же, на этапе формирования алкоголизма, влияет и генетическая предрасположенность к спиртному. Дальнейшее развитие алкоголизма может исходить из различных оправданий, которые зависимые люди самостоятельно создают и поддерживают, это: стремление к поддержанию семейных традиций (во многих семьях принято выпивать по праздникам), характерологических особенностей (человек не может отказать настойчивым предложениям, начинает употреблять алкоголь с друзьями, коллегами по работе и, как результат, развивается алкоголизм), частых

стрессов (в результате проблем на работе, потери работы, кризиса, проблем близких людей со здоровьем, потери близких людей) и ряда других причин.

В процессе развития алкоголизма люди полностью деградируют как личности, их не интересует ничего, кроме употребления алкоголя, они перестают ходить на работу, не следят за собой, не уделяют внимания своим детям, перестают заботиться о них. Родителей-алкоголиков не волнует их собственное здоровье и здоровье их детей.

Алкоголизм родителей, прежде всего, опасен тем, что может привести к рождению ребёнка с различными патологиями, это как физическое уродство, так и нарушениями в развитии различных органов или систем, такими, например, как недоразвитие различных частей тела, порок сердца, болезненность. В первую очередь поражается центральная нервная система, что может вызывать различные патологии, такие как, например, задержка психического развития, умственная отсталость, олигофрения и др.

В очень редких случаях, несмотря ни на что, если ребёнок родился здоровым, алкоголизм одного или обоих родителей чаще всего приводит к складыванию в семье нездоровой психической обстановки. Постоянные ссоры, скандалы, крики, выяснения отношений, драки, насилие по отношению друг к другу или детям вызывают различные психические нарушения у детей, неврозы, тревоги, ранние депрессии. Такие дети часто растут тревожными, неуверенными в себе, эмоционально неустойчивыми.

Правовая защита ребенка от жестокого обращения и насилия в семье

1. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948г.) провозглашает в статье 5, что никто не должен подвергаться пыткам или жестоким, бесчеловечным или унижающим достоинство обращению и наказанию.
2. Международный пакт о гражданских и политических правах (от 16.12.1966г.)
3. Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей (30.10.1990г.)
4. Декларация прав ребенка ООН (от 20.11.1959г.)
5. Конвенция ООН о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН в 1989 г.)
6. Декларация ООН «О социальных и правовых принципах, касающихся защиты и благополучия детей, особенно при передаче детей на воспитание и их усыновлении на национальном и международном уровнях»
7. Руководящие принципы ООН для предупреждения преступности среди несовершеннолетних (Эр-Ривидские руководящие принципы)
8. Конвенция МОТ №182 о запрещении и немедленных мерах по искоренению наихудших форм детского труда (подписана Россией в январе 2003 г.)
9. Конституция Российской Федерации, 1993 г. (с изменениями на 9 июня 2001 года).
10. Федеральный Закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 20 июля 2000 года).
11. Закон Российской Федерации от 10 июля 1992 года №3266-1 «Об образовании» (с изменениями на 27 декабря 2000 года)
12. Федеральный закон « Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (№120-ФЗ от 24.06.1999г.)
13. Семейный кодекс Российской Федерации от 29 декабря 1995 года №223-ФЗ (с изменениями на 2 января 2000 года)
14. Уголовный Кодекс РФ
15. Федеральный закон «О прокуратуре Российской Федерации» (№2202-1 от 17.01.1992г.)



Главная школа воспитания детей - это
взаимоотношения мужа и жены, отца и матери.
Сухомлинский В. А.



ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ С ДЕТЬМИ



Уважаемые папы и мамы!

В жизни человек встречается не только с добром, но и со злом, приобретает не только положительный, но и отрицательный жизненный опыт. Добро лечит сердце, зло ранит тело и душу оставляя рубцы и шрамы на всей оставшуюся жизнь.

Запомните эти простые правила в нашей непростой жизни...

- ✓ Обсудите с подростком вопрос о помощи различных служб в ситуации сопряженной с риском для жизни.
- ✓ Проговорите с ним те номера телефонов которыми он должен воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни.
- ✓ Дайте ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.
- ✓ Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
- ✓ Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.
- ✓ Обсуждайте с ребенком примерь находчивости и мужества людей имевших выйти из трудной жизненной ситуации.
- ✓ Не иронизируйте над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему

поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы.

- ✓ Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию какой-либо борьбы или другую, связанную со спортом, и интересуйтесь его успехами.
- ✓ Если кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
- ✓ Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.
- ✓ Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлял ответственность за свои поступки и за принятие решений.
- ✓ Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков, сформируйте у него потребность ставить вопрос: «Что будет если?..»
- ✓ Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего его жизнь невозможна.
- ✓ Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.
- ✓ Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся с ним.

✓ Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.

✓ Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.

✓ Если в этом есть необходимость, пройдите вместе с ним курс психологической реабилитации.

✓ Постарайтесь переключить внимание ребенка с пережитой им ситуации на новые занятия или увлечения.

✓ Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего.

✓ Не идите на компромиссы со своей совестью, даже если это ваш ребенок. Спустя годы компромисс может обернуться против вас.

Человека делают
человеком
светлые воспоминания
детства.

Ф. М. Достоевский

Чтобы воспитать ребёнка и установить с ним доверительные отношения, то попробуйте воспользоваться такими психологическими приёмами:

- каждый день начинайте с улыбки и заканчивайте миром;
- давайте ребёнку возможность самому выбирать одежду, еду, книги, развлечения, друзей;
- не принуждайте его, а постарайтесь объяснить почему нужно сделать так, а не иначе;
- уважайте ребёнка (прежде чем посмотреть его дневник, прочесть письмо, взять его вещь, поинтересуйтесь, не будет ли ребёнок против);
- не применяйте при общении с ребёнком оскорбительных слов (лентяй, трус, осёл и т.д.)
- не давайте категоричных оценок (ты неисправим, ненормальный и т.д.);
- помните, что не одобрять только можно поступки, но не самого ребёнка (не «ты плохой», а «ты сделал плохо»);
- почаще советуйтесь с ребёнком, спрашивайте его мнение («А как ты думаешь?» «А как бы ты поступил?»);
- предоставьте ему возможность быть разным (послушным, шаловливым, весёлым, задумчивым, таким, какой он есть);
- после наказания проступок, за который вы наказали ребёнка, нужно забыть;
- нельзя наказывать больного ребёнка;
- если хотите похвалить, то хвалите за его труды (за поделку, вымытую посуду и т.д.)
- заранее предупреждайте ребёнка о ваших намерениях («Мне бы хотелось, чтобы завтра вечером ...»)
- предоставьте ребёнку возможность чувствовать себя нужным в семье, ответственным за какое-то семейное дело;
- никогда не торопите ребёнка, дайте ему возможность жить в собственном ритме;
- будьте последовательны в своих требованиях;

МБДОУ- Тюлячинский
детский сад №3

Воспитание без насилия



с. Тюлячи

Почему многие родители способны поднять руку на своего ребёнка?

Побои – не метод воспитания. Пощёчинами и пинками морали не научишь, с их помощью ничего не добьёшься.

Телесные наказания и битьё детей, даже если они не приводят к издевательствам, абсолютно неприемлемы. Применение телесных наказаний по отношению к детям является нарушением основных прав человека.

Речь здесь идёт не только о том, что такое поведение аморально и несправедливо. Оно – также непедагогично и неэффективно. Многочисленные исследования показали, что телесные наказания не являются действенными методами воспитания и вызывают только ответную жестокость.

Возможно, телесные наказания и служат родителям разрядкой от накопившегося гнева, но ребёнка они ничему не учат. Только унижают, оскорбляют, раздражают его.

Почему бьют детей?

Физические наказания – явление, распространённое во многих семьях. При этом родители вовсе не хотят обидеть детей, мучить их или причинять им телесные повреждения. Нет. Они намерены «серьёзно» наказать ребёнка и считают, что именно пощёчины, щипки, пинки и удары являются формой «внушительного» наказания. Эти родители видят в битье средство, которое воспитывает в детях послушание и прививает им принятые в обществе нормы поведения. Они считают, что

таким образом можно учить детей морали и наставлять их на путь истинный. Но, несмотря на такую убеждённость, большинство родителей, прибегающих к телесным наказаниям, чувствуют за собой вину и испытывают раскаяние и дискомфорт, что вызывает у них сомнения в правильности выбранной линии поведения и смутные предположения, что существуют, возможно, более верные и эффективные методы воспитания.

В оправдание телесных наказаний родители обычно приводят самые разные аргументы:

* «Пусть ребёнок знает, что с ним не шутки шутят – дело вполне серьёзное» (но как раз серьёзный подход к воспитанию делает излишними телесные наказания).

* «В детстве меня тоже били, и это мне не повредило» (вспомните, однако, что вы тогда чувствовали, припомните это ощущение бессилия, охватывающее ребёнка, которого бьют).

* «Иногда просто нет другой возможности повлиять на ребёнка» (в тот момент вам действительно так кажется, но после раздумий в спокойной обстановке выясняется, что существовали и другие возможности).

Реакция на побои бывает у детей самой разной

1. Маленький ребёнок, которого ударили, зачастую начинает плакать ещё громче.
2. Ребёнок, которого бьют, чувствует себя оскорблённым и униженным.
3. Ребёнок, которого бьют постоянно, чувствует глубокую неприязнь, буквально ненависть к самому себе и окружающим. Его последующее поведение может быть продиктовано жадной мести и компенсации. Кроме того, его непрерывно мучает страх, и это может оказаться губительным для его развития.

Ребёнку трудно осознать, что он подвергся телесному наказанию из-за своего неверного поведения. Для него гораздо естественнее считать, что такое наказание – это проявление гнева или нелюбви со стороны того, кто его наказал.

Ребёнку важно чувствовать, что родители желают ему добра, а детям, которых ударили, порой трудно не потерять веру в добрые намерения родителей.

У тех, кого в детстве били душевная рана не заживает в течение многих лет. Нередко они не могут избавиться от чувства боли и обиды и во взрослом состоянии.

Словесные оскорбления – обидные замечания, грубые слова, постоянные придирки, насмешки – могут оказаться не менее унижительными и способны причинить не меньший вред, чем рукоприкладство.

Игры с тревожными детьми

Игра «Драка»

Цель: Упражнение помогает расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

Представьте, что вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-крепко стисните зубы. Сожмите как можно сильнее кулаки, до боли вдавите пальцы в ладони. На несколько секунд задержите дыхание.

Задумайтесь: а, может, и не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади! Встряхните кистями рук. Почувствовали облегчение?

Игра «Покатай куклу»

Цель: Игра способствует снятию мышечных зажимов в области рук, повышению уверенности ребенка.

Ребенку дают в руки маленькую куклу или другую игрушку и говорят, что кукла боится кататься на качелях. Наша задача состоит в том, чтобы научить ее быть смелой. Сначала ребенок, имитируя движения качелей, слегка покачивает рукой, постепенно увеличивая амплитуду движений (движения могут быть в различных направлениях), затем взрослый спрашивает ребенка о том, стала ли кукла смелой, если нет, то можно сказать ей, что она должна сделать, чтобы преодолеть свой страх.

Игра «Добрый – злой, веселый – грустный»

Цель: Игра помогает расслабить мышцы лица.

Взрослый помогает ребенку вспомнить различных героев любимых сказок. Затем просит ответить ребенка на следующие вопросы: «Кто из этих героев самый добрый? А кто самый злой? Кто самый веселый? А кто самый грустный? А каких ты еще знаешь героев (удивленных, испуганных и т.д.)?».

Затем все названные персонажи ребенок рисует на листе бумаги. После этого взрослый говорит: «Я сейчас попробую загадать какого-либо из этих героев и показать тебе, как он выглядит. А ты отгадай, кто это». Взрослый делает веселое выражение лица. Ребенок отгадывает, какой из нарисованных персонажей бывает таким. Затем ребенок изображает выражение лица любого героя, а взрослый отгадывает, кто это.



Анкета по выявлению тревожного ребенка

1. Не может долго работать не уставая.
2. ему трудно сосредоточиться на чём-то
3. любое задание вызывает излишнее беспокойство
4. во время выполнения задания очень напряжён, скован
5. смущается чаще других
6. часто говорит о возможных неприятностях
7. как правило, краснеет в незнакомой обстановке
8. жалуется, что снятся страшные сны
9. руки обычно холодные и влажные
10. нередко бывает расстройство стула
11. сильно потеет, когда волнуется
12. не обладает хорошим аппетитом
13. спит беспокойно, засыпает с трудом
14. пуглив, многое вызывает у него страх
15. обычно беспокоен, легко расстраивается
16. часто не может сдержать слёзы
17. плохо переносит ожидание
18. не любит браться за новое дело
19. не уверен в себе, в своих силах
20. боится сталкиваться с трудностями

Суммируйте количество ответов «да», чтобы получить общий балл тревожности.

Высокая тревожность – 15 – 20 баллов.

Средняя – 7 – 14 баллов.

Низкая – 1 – 6 баллов.

Психолог рекомендует...



ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК ТРЕВОЖНЫЙ...

Тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, которая заключается в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не располагают.

Одной из отличительных черт тревожных детей является их чрезмерное беспокойство. Причем иногда они боятся даже не самого события, а его предчувствия.

Чаще всего тревожность развивается тогда, когда ребенок находится в состоянии (ситуации) внутреннего конфликта. Он может быть вызван:

негативными требованиями, предъявляемыми к ребенку, которые могут унижить или поставить в зависимое положение;

неадекватными, чаще всего завышенными требованиями;

противоречивыми требованиями, которые предъявляют к ребенку родители и / или образовательное учреждение.

Как показывает практика, формирование детской тревожности является следствием неправильного воспитания ребенка. Так, например, родители тревожных детей зачастую предъявляют к ним завышенные требования, совершенно невыполнимые для ребенка. Иногда это связано с неудовлетворенностью собственным положением, с желанием воплотить собственные нереализованные мечты в своем ребенке. Завышенные требования родителей могут быть связаны и с другими причинами. Так, добившись высокого положения в обществе или материального благополучия, родители, не желая видеть в своем ребенке «неудачника», заставляют того работать сверх меры. Также нередки случаи, когда родители сами являются высоко тревожными, вследствие чего они воспринимают малейшую неудачу как катастрофу, отчего и не позволяют ему сделать ни малейшего промаха. Ребенок таких родителей лишен возможности учиться на собственных ошибках.



Родителям тревожного ребенка следует быть последовательными в своих действиях, поощрениях и наказаниях. Ни в коем случае нельзя допускать семейных разногласий в вопросах воспитания. Не менее важно выработать единодушный подход к ребенку воспитателей и родителей.

Для снятия излишнего мышечного напряжения родителям тревожных детей рекомендуется использовать тактильный контакт с ребенком: поглаживать его обнимать и т.д.

Родители должны помнить, что тревогу ребенка могут вызвать любые резкие перемены в его жизни: переезды, смена воспитателей, даже перестановка мебели.

Благоприятный психологический климат в семье способствует гармоничному развитию личности ребенка и снижению уровня тревожности.

Родителям следует как можно больше общаться со своими детьми, устраивать совместные праздники, походы в зоопарк, в театр, на выставки, почаще выходить на природу.

Поскольку у тревожных детей часто появляется потребность кого-то любить и ласкать, то хорошо иметь дома собственных животных.

Правила для родителей

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивать ребенка с окружающими.
3. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
4. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
5. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
6. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
8. Будьте последовательны в воспитании ребенка.
9. Старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний.
10. Используйте наказания лишь в крайних случаях.
11. Не унижайте ребенка, наказывая его.



Навыки по предупреждению насилия

Ниже перечислены возможные варианты, которые родители могут при удобном случае обсуждать с ребенком.

1. Убегай от опасности. Беги к соседям, в магазин или домой. Беги в ближайшее безопасное место. (Родители должны помочь детям определить все безопасные места по маршруту, которым пользуется ребенок каждый день.)

2. Громко кричи и не прекращай кричать, пока не окажешься в безопасности. Эта стратегия требует практики, поскольку детей учат тому, что во многих случаях кричать некрасиво. Чтобы прибегнуть к крику в опасной ситуации, как взрослые, так и дети должны отрепетировать этот крик. Когда вы проводите репетицию крика с детьми младшего возраста, начинайте кричать негромко, постепенно делая крик все громче и громче. Маленьких детей громкий крик может напугать.

3. Определите безопасные и небезопасные секреты. Подготовка к празднованию дня рождения или другого торжества, которые держатся в тайне, или спрятанный подарок - это безопасные секреты, они не заставляют ребенка испытывать чувство страха. Такие секреты, в конечном итоге, доверяются кому-нибудь. Небезопасные секреты часто заставляют детей испытывать страх или стеснение. Небезопасным секретом всегда нужно поделиться с взрослым, который поможет тебе.

4. Вместе со своим ребенком постоянно вспоминайте имена безопасных взрослых. Безопасные взрослые - это взрослые, которые выслушают ребенка, поверят ему и помогут.

Помните, что ребенку кроме матери и отца нужны другие взрослые. Педагоги, бабушка, дедушка, друзья, соседи - все эти люди могут быть безопасными взрослыми для вашего ребенка.

5. Разрешите своему ребенку говорить слово "нет". Многие дети считают, что взрослым нельзя отказывать и что их за это накажут. Однако дети должны понять, что им нужно говорить "нет" любому взрослому, который их пугает своими просьбами или требованиями. Мы поощряем своих детей, когда они отказываются от наркотиков, и нам нужно поддерживать их, когда они отказываются взрослому, который может им предлагать наркотики.

6. Твое тело принадлежит только тебе, я разрешаю тебе и помогаю тебе заботиться о нем.

7. Всякий раз, когда у тебя возникают проблемы, неважно, пугают ли они тебя или заставляют стыдиться, я выслушаю тебя, поверю тебе и помогу. Это, наверное, одно из самых важных откровений, поскольку дети часто думают, что им никто не поверит. Они также считают, что навредят себе или тому человеку, который их обижает.

Родители должны разъяснить своим детям, что хотят защитить их от зла.

Информация, соответствующая возрасту

В разном возрасте детям нужна разная информация. Детям дошкольного и младшего школьного возраста нужна информация о том, как вести себя, когда они остаются дома одни, без взрослых. Подросткам нужна информация о безопасности на свиданиях, малышам такая информация не нужна. Важно, чтобы родители использовали правильно информацию, расширяли и изменяли ее по мере взросления детей, развития самостоятельности их ребенка.

Защищенный, сильный и свободный

Все родители хотят, чтобы их дети выросли, чувствуя себя защищенными, сильными и свободными. Быть родителем - трудная задача, этому нужно учиться. Общение - это самый важный союзник родителей, который поможет им вырастить здорового ребенка. Умение выслушать ребенка, поговорить с ним начистоту - вот из чего надо исходить, чтобы выработать у ребенка навыки, которые помогут ему избежать насилия.

Каждый из нас имеет право вырасти свободным от насилия.

Любить и беречь

Как уберечь ребенка от насилия и жестокого обращения



Как помочь детям, чтобы они почувствовали себя защищенными, сильными и свободными? Сегодня большинство родителей очень часто и по-разному поводу испытывают страх за своих детей. Чтобы помочь детям избежать насилия, родители должны обратить свой страх в действие. В данном случае от них требуется беседовать со своими детьми. Родители должны начать разговаривать с детьми о насилии с раннего возраста и продолжать обсуждение этой темы по мере взросления детей.

Многие родители страшатся, когда им предлагают говорить с детьми о насилии. Мамы и папы беспокоятся о том, что вместо того, чтобы помочь детям справиться с насилием, они напугают их, лишат наивности и доверия то есть, фактически навредят им. Хотя этот страх можно понять, совсем не значит, что он обоснован. Существует множество способов, с помощью которых родители могут говорить со своими детьми, даже с малышами, чтобы они почувствовали себя защищенными и более уверенными в себе, вместо того, чтобы напугать их и лишить доверия.

Когда и где? Важно найти подходящее место и время, чтобы поговорить с детьми о насилии и о том, как его предупредить. Иногда родители слышат устрашающие сообщения в новостях и, подогреваемые собственным страхом, принимают самое серьезное выражение лица и зовут детей на беседу. Хотя это не всегда приносит вред, но это не самый лучший способ помочь детям овладеть стратегией предупреждения насилия.

Говорить о предупреждении насилия можно, используя ситуации, в которых мы оказываемся ежедневно. Для обсуждения темы насилия родители могут начать со своими детьми краткие и многообещающие беседы, используя мультфильмы и другие детские телевизионные программы. Когда какого-нибудь из героев мультфильма бьют или в другой программе показывают пострадавшего ребенка, родители могут во время рекламной паузы обсудить с детьми увиденное. Обратите внимание своего ребенка на то, что бить детей нельзя, что дети имеют право быть защищенными и что взрослые или другие люди не имеют права обижать их.

Это - первый урок, который должны усвоить дети.

Как найти подходящие слова? Родителей может также беспокоить, что им приходится использовать серьезные и пугающие выражения при обсуждении навыков безопасности. На самом деле нужно действовать наоборот. Слова подбираются, исходя из "низкой доли страха" в них. Например, разговор о том, как остаться в безопасности, пугает значительно меньше, чем разговор о встрече с незнакомым человеком.

Прежде чем начать беседу с детьми, родители должны договориться между собой о том, какие слова использовать в разговоре с детьми. Согласованность поможет избежать недоразумений. Многие дети, испытавшие насилие, не рассказали своим родителям об этом потому, что они не знали, какими словами выразить то, что произошло с ними. Чтобы повысить уверенность ребенка в себе и уменьшить чувство страха, лучше всего сосредоточить разговор на том, что ребенок может сделать в неприятной ситуации. Родители могут рассказать о навыках безопасности, необходимых для того, чтобы избежать насилия, точно так же, как они рассказывают о мерах безопасности при переходе улицы. К сожалению, многие взрослые все время рассказывают детям о плохих незнакомцах и о том, какие ужасные вещи могут случиться с ними. Ребенок запоминает эти страшные истории, но при этом не помнит урок о том, как избежать насилия.

Помните о том, что вам надо сделать упор на навыках, которым вы обучаете ребенка, а не на опасности, подстерегающей его.

Уверенность в себе играет большую роль в нашей способности сделать что-либо. Когда мы верим, что мы можем что-то сделать, тогда мы на пути к успеху. Так же верно и обратное. Дети, как и взрослые, должны поверить в свои способности. Родители могут помочь детям в развитии важного чувства самооценки разными путями.

После беседы о безопасности скажите своему ребенку о том, что вы уверены в том, что он будет помнить о навыках безопасности, находясь дома, или на улице. Дайте понять своему ребенку, обняв его, показав гордость своим голосом и словами, которые вы скажете, что вы верите в него и его способности.

Тренировка Эффективные навыки безопасности не появятся в одночасье. Полученные навыки и информацию необходимо закреплять. Детям, как и взрослым, необходимо напоминание. Повторите навыки безопасности перед тем, как ваш ребенок будет выходить из дома самостоятельно. В таком случае ребенок всегда будет помнить о полученной информации, если ему придется ею воспользоваться. Дети усваивают и хранят информацию по-разному, в зависимости от возраста и стадии развития. Родителям нужно постоянно говорить детям о предупреждении насилия, пока они растут ребенка.

Опасность от встречи с незнакомыми людьми Когда вы были маленькими, то ваши папы и мамы, наверное, говорили вам, что нельзя брать конфеты от незнакомых людей, и в этом заключался урок по предупреждению насилия. Современные исследования показывают, что в случаях насилия подавляющее большинство детей, около 85%, подвергались насилию со стороны тех взрослых, которых они знали и которым доверяли.

Важно, чтобы взрослые сказали детям, что насилие, совершенное любым человеком, независимо от того, кто он, не следует держать в тайне. Детям нужно знать, что иногда взрослые, которых все в семье знают и им доверяют, пытаются трогать ребенка несоответствующим образом. Тело ребенка принадлежит только ему, и он должен иметь право решать, как можно обращаться с его телом. Эта информация поможет подготовить детей хранить от опасности свое тело в течение их роста и развития.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ «Насилие в семье. Виды и последствия»



Насилие в семье – умышленные действия физического, психического, сексуального характера члена семьи по отношению к другому члену семьи, нарушающие его права, свободы, законные интересы, и причиняющие ему физические и (или) психические страдания.

Страдания – это, в первую очередь, физическая боль или психическая травма, которые носят глубокий характер, причиняют потерпевшей мучения и особые переживания (КоАП РБ, статья 9.1).

В отношении детей выделяют **4 вида насилия**:

Физическое	Сексуальное	Психологическое (психоэмоциональное)	Пренебрежение основными нуждами
преднамеренное нанесение ребёнку побоев, травм, повреждений, вследствие чего страдает его физическое и психическое здоровье	вовлечение ребёнка с его согласия или без такового в прямые или косвенные действия сексуального характера со взрослыми с целью получения последними сексуального удовлетворения или выгоды	враждебное или безразличное отношение к ребёнку/подростку, приводящее к снижению самооценки, утрате веры в себя, формированию патологических черт характера, вызывающее нарушение социализации ребёнка, у которого создается впечатление, что он ничтожный, нелюбимый, порочный и заслуживающий подобного негативного отношения	неспособность родителей реагировать на нужды ребёнка и включает отсутствие заботы о его физическом состоянии, о получении им образования и эмоциональную безучастность
Формы: включают такие действия, как битье, пинки, укусы, ожоги, резкие толчки или нанесение ребёнку физических повреждений другими способами	Формы: предложения сексуального характера, сексуальные ласки, демонстрация гениталий, мастурбация взрослого в присутствии ребёнка, демонстрация порнографии и использование ребёнка в порнографических целях, принуждение ребёнка к сексуальному поведе-	Формы: отвержение (действия, демонстрирующие неприятие ребёнка, унижающие его достоинство); терроризирование (угроза причинить ребёнку физический вред, постановка перед ребёнком сверхсложных задач с угрозой наказания за их невыполнение); изоляция (необоснованное ограничение или запрещение социальных контактов ребёнка со сверстниками); эксплуатация /развращение (побужде-	Отсутствие заботы о физическом состоянии: родители оставляют ребёнка, выгоняют из дома или отказываются принимать его домой. Пренебрежение образованием: ребёнок часто опаздывает в школу и часто пропускает занятия; родители не интересуются школьными проблемами и успеваемостью ребёнка и др. Заброшенность здоровья: родители отказываются от необходимых для ребёнка медицинских процедур или избегают их; ребёнку не по-

	нию с животным, сексуальная эксплуатация ребенка с целью получения выгоды в денежной или иной форме.	ние к антисоциальному поведению: преступной деятельности, проституции, порнографии, употреблению наркотиков); игнорирование (отсутствие эмоционального отклика на нужды ребенка, формальное взаимодействие с ребенком).	купают необходимые лекарства. Эмоциональная безучастность родителей: нежелание или неспособность оказывать ребенку психологическую поддержку; супружеское насилие в присутствии ребенка; вербальные угрозы, оскорбления, унижения, обзывания и др.
--	--	---	--

Последствия насилия в семье: нарушения физического, психологического и социального развития.

Физические особенности:

отстают в росте, массе, или и в том и другом от своих сверстников; позже начинают ходить, говорить, реже смеются; значительно хуже успевают в обучении, чем их одноклассники; часто наблюдаются «дурные привычки»: сосание пальцев, кусание ногтей, раскачивание;

у них припухлые, «заспанные» глаза, бледное лицо, всклокоченные волосы, неопрятность в одежде, другие признаки гигиенической запущенности – педикулез, сыпь, плохой запах от одежды и тела.

Психологические особенности:

часто испытывают гнев, который чаще всего изливают на более слабых: младших по возрасту детей, на животных. Часто их агрессивность проявляется в игре, порой вспышки их гнева не имеют видимой причины. Или чрезмерно пассивны, не могут себя защитить. И в том, и в другом случае нарушается контакт, общение со сверстниками;

любимым путем привлекают к себе внимание, что иногда проявляется в виде вызывающего, эксцентричного поведения;

несвойственные возрасту познания о сексуальных взаимоотношениях, что проявляется в их поведении, в играх с другими детьми или с игрушками (при сексуальном насилии);

низкая самооценка, которая способствует сохранению и закреплению чувства вины, стыда, неполноценности;

высокая частота депрессий, что проявляется в приступах беспокойства, безотчетной тоски, чувстве одиночества, в нарушениях сна. В старшем возрасте у подростков могут наблюдаться попытки покончить с собой.

Социальные последствия:

трудности социализации: у них нарушены связи со взрослыми, нет соответствующих навыков общения со сверстниками, они не обладают достаточным уровнем знаний и эрудицией, чтобы завоевать авторитет и др.;

пристрастие к алкоголю, наркотикам; они начинают воровать и совершать другие уголовно наказуемые действия;

трудности при создании собственной семьи; они не могут дать своим детям достаточно тепла, поскольку не решены их собственные эмоциональные проблемы.