

Как бороться с детской вспыльчивостью?

Главное правило – стараться сохранить спокойствие и не заражаться эмоциональностью ребенка. Предлагаем еще несколько советов психологов, которые помогут найти общий язык со вспыльчивыми детьми.

1. Отслеживайте ранние симптомы назревающего срыва. Так вы успеете отвлечь детское внимание и предупредить эмоциональную вспышку. Явными признаками приступа может быть:
 - повышенная двигательная активность и суетливость;
 - замыкание в себе;
 - демонстративное непослушание;
 - хныканье.
2. Бесплезно требовать от ребенка «замолчать» и «посидеть в тишине». Напротив, вовлеките его в беседу, расспросите, что он чувствует и о чем думает. Если дети научатся рассказывать о своих эмоциях спокойным тоном, то и впредь смогут их выражать более приемлемым способом – через речь и, к примеру, рисунки.
3. Если вспышку не удалось предотвратить, не повышайте голос на ребенка. Дайте ему время выплеснуть отрицательные эмоции наружу, чтобы он снял напряжение и успокоился. Однако не забудьте еще раз твердо объяснить, каких поступков вы от него ждете.
4. Мягкая форма замечаний и запретов воспитателей надо заменить кратким “нельзя”, после чего ребенку предлагайте альтернативную форму поведения. Например: “Нельзя разрисовывать обои, но если ты хочешь рисовать на стене, давай прикрепим на нее лист бумаги”. Или: “У нас в группе кидаться игрушками нельзя. Если ты хочешь бросить что-то, я дам тебе поролоновый мячик”.
5. Ребенок физически не может длительное время внимательно слушать воспитателя, спокойно сидеть и сдерживать свои импульсы. Сначала желательно обеспечить тренировку только одной функции. Например, если вы хотите, чтобы он был внимательным, выполняя какое либо задание, постарайтесь не замечать, что он ерзает и вскакивает с места. Получив замечание, ребенок постарается какое-то время вести себя “хорошо”, но уже не сможет сосредоточиться на задании.
6. Верьте в нормальность ребенка и донесите эту уверенность до него самого. Многих вспыльчивых детей пугает собственная чрезмерная ярость и агрессивность. Они могут после случившегося приступа «казнить» себя за свой гнев – к примеру, наносить себе побои. Объясните ребенку, что принимаете его всяким, в том числе и очень раздраженным.
7. Детям часто сложнее переключаться с одного вида деятельности на другой, даже если этого требует воспитатель. Поэтому взрослому необходимо договариваться с ребенком заранее, подготавливая его к смене рода занятий. Взрослый за несколько минут до окончания времени выполнения какого-либо задания может предупредить: “Осталось 3 минуты”.
8. В группе детского сада на специальном стенде можно отметить основные моменты распорядка дня, очередность выполнения заданий, правила поведения. Причем дошкольникам, будет легче и удобнее воспринимать информацию, если для этой цели использовать не только слова, но и символы, понятные детям.

9. На старших дошколят и детей младшего школьного возраста хорошо действуют психокоррекционные сказки, в которых главный герой, будучи вспыльчивым, в итоге побеждает эту склонность и ведет себя спокойно и сдержанно.

Шпаргалка для взрослых или правила работы с неуравновешенным детьми

1. Работать с ребенком в начале дня, а не вечером.
2. Уменьшить рабочую нагрузку ребенка.
3. Делить работу на более короткие, но более частые периоды. Использовать физкультминутки.
4. Быть драматичным, экспрессивным педагогом.
5. Снизить требования к аккуратности в начале работы, чтобы сформировать чувство успеха.
6. Посадить ребенка во время занятий рядом с взрослым.
7. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
8. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
9. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
10. Использовать гибкую систему поощрений и наказаний.
11. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
12. Предоставлять ребенку возможность выбора.
13. Оставаться спокойным. Нет хладнокровия -нет преимущества!

Игры для вспыльчивого ребенка

Что делать мамам и папам, когда бунтующий малыш начинает бить и крушить всё вокруг, кричать и топтать ногами на взрослых, а никакие аргументы на него в это время не действуют. В арсенале психологов существует несколько несложных приемов, помогающих выплеснуть негативные эмоции. Попробуйте их все, чтобы подобрать метод, наиболее подходящий для вашего бунтаря.

1. «Листки гнева»

Ребенок злится? Нарисуйте на листе бумаги его гнев – мордочку с зубами, злого зверька. Дайте ему в руки эту картинку и объясните, что он может разорвать свой гнев, раздражение и вспыльчивость. Можете заранее запастись подобными «листками гнева».

2. «Обзывалки»

Избавить от агрессии поможет такая простая игра, как «обзывалки». Конечно, обзывать друг друга следует в шутку. К примеру, назовите малыша «морковкой» или «редиской». Только отслеживайте детскую реакцию, поскольку некоторые дети в момент злости могут негативно отнестись к подобному развлечению.

3. «Театр»

Этот способ можно применять, когда ребенок успокоится и будет готов к взаимодействию. Устройте кукольное или пальчиковое представление. В таких постановках играют два персонажа – излишне эмоциональный и спокойный. Ваша задача – показать выгоду от более сдержанного поведения.