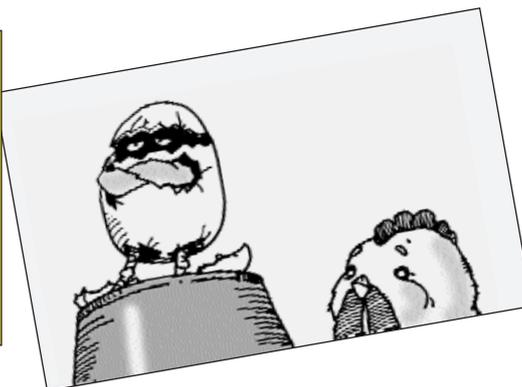


## Приемы коррекции поведения детей с различными эмоционально-волевыми нарушениями

Т.Г. Неретина



В данной статье рассматриваются различные группы детей с незначительными отклонениями в эмоционально-волевой сфере, которые тем не менее ведут к трудностям школьного обучения и взаимоотношений со сверстниками. По каждой группе детей приводятся некоторые признаки характерной для этой группы проблемы с целью более точной ее диагностики и затем предлагается несколько приемов коррекции данного недостатка.

### Тревожный ребенок

Проблема преодоления тревожности, по существу, распадается на две:

- овладение состоянием тревожности, снятие его отрицательных последствий;
- устранение тревожности как относительно устойчивого личностного образования.

Работа по преодолению тревожности может осуществляться на трех взаимосвязанных уровнях:

1. Обучение ребенка приемам и методам овладения своим волнением, снижения тревожности.
2. Расширение возможностей ребенка, формирование у него новых навыков, умений, знаний.
3. Перестройка особенностей личности, прежде всего самооценки и мотиваций. Одновременно необходимо проводить работу с семьей.

Приемы коррекционной работы:

1. **«Переинтерпретация» симптомов тревожности.** Часто людей с повышенной тревожностью деморализуют первые же признаки про-

явления этого состояния. Потренировавшись в применении данного приема, можно научиться овладевать своим волнением.

2. **«Настройка на определенное эмоциональное состояние».** Нужно мысленно связать то или иное свое состояние с какой-либо мелодией, цветом, жестом.

3. **«Приятное воспоминание».** Предложите ребенку вспомнить ситуацию, в которой он испытал полный покой, и представить ее себе как можно ярче, стараясь заново пережить все связанные с ней ощущения.

4. **«Использование роли».** Предлагается представить себе образ для подражания и войти в эту роль.

5. **«Контроль голоса и жестов».** Объясните ребенку, как по голосу и жестам можно определить эмоциональное состояние. Этот прием необходимо отрабатывать перед зеркалом.

6. **«Улыбка».** Обучение целенаправленному управлению мышцами лица. Расскажите ребенку, какое значение имеет улыбка для снятия нервно-мышечного напряжения.

7. **«Мысленная тренировка».** Ситуация, вызывающая тревогу, заранее представляется во всех подробностях, продумывается поведение в особо трудные моменты.

8. **«Репетиция».** Проигрывается ситуация, вызывающая тревогу.

9. **«Доведение до абсурда».** В процессе беседы «в спокойной ситуации» предлагается сыграть очень сильную тревогу, страх.

10. **«Переформулировка задачи».** Необходимо тренировать умение фор-

мулировать цель своего поведения в той или иной ситуации, полностью отвлекаясь от себя.

### Агрессивный ребенок

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Дети, подверженные вспышкам агрессивности, используют любую возможность, чтобы толкать, бить, щипать других, ломать игрушки и т.п.

Причины агрессивности – почти всегда внешние: семейное неблагополучие, несоответствие между желаемым и возможным. Только поняв и приняв это, взрослые «догадаются», что ребенок ни в чем не виноват, и если его не будут обижать, то и он будет доброжелателен и приятен в общении.

Игры и упражнения на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций:

**1. «Выбиваем пыль»** (для детей с 4 лет). Каждому участнику достается «пыльная» подушка. Он должен, усердно колотя ее руками, выбить пыль.

**2. «Уходи, злость, уходи!»** (для детей с 4 лет). Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними разложены подушки. Закрыв глаза, дети начинают со всей силы бить ногами по полу, а руками – по подушкам с громкими криками: «Уходи, злость, уходи!». Упражнение выполняется 3 минуты, затем дети ложатся в позу звезды и отдыхают, 3 минуты слушая музыку.

**3. «Ругаемся овощами»** (для детей с 5 лет). Предложите детям поругаться, но не плохими словами, а... овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска» и т.д.

**4. «Нет! Да!»** (для детей с 5 лет). Дети свободно бегают по помещению и громко кричат: «Нет! Нет!». Встречаясь, заглядывают в глаза друг другу и еще громче кричат: «Нет! Нет!». По сигналу ведущего продолжают бегать, но кричат уже: «Да! Да!», заглядывая друг другу в глаза.

**5. «Тигр на охоте»** (для детей с 5 лет). Взрослый – тигр. За ним встают тигрята, которых он обучает охотиться. Дети должны подражать всем движениям взрослого. Тот, изображая тигра, медленно выставляет вперед ногу с пятки на носок, вытягивает когтистую переднюю «лапу», поднимает голову и крадется к добыче. Сделав 5–6 таких крадущихся шагов, он группируется, поджимает к груди «лапы», наклоняет голову, приседает и резко прыгает, издавая громкий клич: «Ха!». Тигрята делают все это с ним одновременно.

**6. «Жужжа»** (для детей с 6 лет). «Жужжа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Остальные бегают вокруг нее, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до нее, щекочут. «Жужжа» терпит сколько может, но, когда ей все надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за «обидчиками», стараясь отхлестать их полотенцем по спине.

**7. Подушечные бои.** Играющие кидают друг в друга подушки, издавая победные кличи, колотят ими друг друга. Сюжетами игры могут быть «Сражение двух племен» или «Вот тебе за ...».

*Рекомендация:* вышеописанные игры начинает взрослый, как бы давая разрешение на подобные действия и снимая запрет на агрессию.

### Гипервозбудимый и гиперактивный ребенок

Нередко родителей тревожит проявление у детей несобранности, излишней активности или, напротив, замкнутости, робости, плаксивости, а часто и агрессивности. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки внутреннего психоэмоционального напряжения, возбуждения и чрезмерной активности нервной деятельности, следствие какой-то «детской» проблемы, в которой взрослые еще не разобрались.

Для таких детей характерны следующие признаки:

1) ребенок постоянно находится в движении, не может спокойно сидеть;

2) при малейшем разочаровании кидается на пол, стучит ногами и кричит;

3) без причины может отчаянно плакать по нескольку часов;

4) отказывается есть, бросает тарелку на пол;

5) наотрез отрицает свои проступки, лжет и обманывает;

6) не признает ничьей собственности, берет что ему захочется;

7) развитие речи протекает либо нормально, либо с различными нарушениями: одни дети говорят громко и безостановочно, другие – мало и неохотно или не говорят вообще;

8) при выполнении точных движений обнаруживаются нарушения, которые являются следствием минимального повреждения мозга;

9) чрезмерно шумное дыхание;

10) ритм сна нарушен, ребенок не может вечером заснуть, иногда просыпается ночью от кошмаров;

11) дети школьного возраста настолько ловко все разрушают, что в их действиях видится преднамеренность;

12) проблемы этих детей в некоторых случаях приобретают криминальную направленность;

13) при нормальных интеллектуальных способностях нравственное развитие иногда остается в фазе инфантильности.

Самое правильное – научить такого ребенка помогать самому себе, т.е. познакомить его с методами саморегуляции. Ребенок многое может сам, а родители всегда должны быть готовы понять и успокоить его. Для этого нужно обратить внимание на следующее:

1. Ребенку необходимо спокойное окружение, защита от любых чрезмерных внешних раздражителей. Родители и все члены семьи своими действиями постоянно должны подтверждать любовь к ребенку.

2. Следует укреплять в ребенке силы, противостоящие агрессии, которые раньше проявлялись редко (симпатия, сочувствие и т.п.). Единственным аргументом при общении с таки-

ми детьми может быть только любовь. Одна из самых больших радостей для малыша – возможность помочь взрослому, например принести нужные вещи, подать инструменты и т.д.

3. Надо искать возможности использовать двигательную энергию и физическую силу ребенка для помощи людям. Так ребенок сможет выразить переполняющую его симпатию и участливость.

4. Способность к суждению и формированию понятий у страдающего гипервозбудимостью ребенка можно укреплять с помощью простых терапевтических упражнений. Приведем два из них.

Ребенок должен научиться распознавать в зеркально отраженных формах их первоначальный вид. Предложите малышу идти вперед, топя ногами и считая свои шаги, затем попросите его остановиться и сделать в обратном направлении столько же шагов.

Принцип зеркальности можно использовать в языковых упражнениях, предлагая ребенку произносить слова и небольшие фразы сначала так, как это принято, а затем в обратной последовательности.

Научите ребенка упражнению «Возьми себя в руки» (для детей с 5 лет). Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, что тебе хочется кого-то стукнуть, что-то крикнуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти и сильно прижми руки к груди – это поза выдержанного человека».

### **Замкнутый ребенок**

Нормальное психическое состояние ребенка – хорошее и бодрое настроение, тяга к веселью и шалостям. У детей, конечно же, происходит смена настроения в зависимости от всевозможных случайных обстоятельств. Но здоровый ребенок, пока он не «выдохся», не устал, легко возвращается в исходное хорошее настроение.

Однако в период адаптации к школе шестилетний ребенок испытывает

большие затруднения. Некоторые дети в этот период становятся очень ранимыми, плаксивыми, быстро утомляются, с трудом выдерживают урок, на каждое замечание реагируют слезами, раздражением или совсем замыкаются в себе, отказываются отвечать. Порой у них отмечается заикание, непроизвольное подергивание век, мышц лица, шеи, становится тревожным сон.

Замкнутость – нарушение, проявляющееся в сужении круга общения, затруднении эмоционального контакта с окружающими людьми, сложности установления новых социальных отношений.

Основные направления работы с замкнутыми детьми:

1. Устранение причин, приведших к этому нарушению.

2. Восстановление потребности ребенка в общении, контактах со взрослыми и сверстниками.

3. Гармонизация отношений ребенка в семье и группе сверстников (т.е. не только ребенка надо «поворачивать» к другим людям, но и им показывать, что ребенок не так плох или злобен, как они могли о нем думать).

4. Обучение ребенка навыкам общения и установления контакта.

Следует иметь в виду, что коррекция замкнутости может занять много времени и должна проводиться с осторожностью. Работа ведется одновременно по нескольким направлениям:

- индивидуально с психологом;
- с родителями замкнутого ребенка;
- посредством игровой терапии, изотерапии, танцтерапии, гидротерапии и т.д.

Занимаясь коррекцией замкнутости, не забывайте соблюдать следующие правила:

1. При контакте с ребенком избегайте давления и нажима.

2. Понаблюдайте, чем любит заниматься ребенок, и займитесь с ним этим же, а не предлагайте ему новые игры.

3. Выясните, что приносит ребенку удовлетворение в игре, и через это выйдите на контакт с ребенком.

4. Постепенно и с осторожностью вводите разнообразие в занятия ребенка, старайтесь вносить в них радость общения.

5. Строго дозируйте эффективные контакты с ребенком.

6. Оберегайте ребенка от ситуаций конфликта с близкими.

7. Направляйте внимание ребенка на процесс и результат вашего совместного контакта со средой.

### **Затруднения в общении**

Как больно родителям, наблюдающим за играми детей, видеть, что их ребенок часто стоит в стороне, робует, не решается подойти к детям, пугается взрослых, недоверчив и застенчив. Другим родителям ничуть не легче выслушивать жалобы, что их ребенок все время дерется, обижает других детей, спорит, мешает им играть.

Нарушения в общении, конфликтность и обособленность – признаки слабой адаптации ребенка к окружающему миру, серьезные эмоционально-личностные проблемы в будущем.

Дети с нарушениями подобного типа характеризуются тем, что:

- 1) не умеют обращаться с просьбами;
- 2) не задают уточняющих вопросов;
- 3) лучше ориентируются в инструкциях, направленных на их предметную деятельность, чем на познавательную;
- 4) активную речь на уроке обращают, как правило, к учителю;
- 5) переключение деятельности у них сопровождается «взрывом» вербальной активности.

Предлагаемые коррекционные упражнения:

**1. Игра «Найди друга»** (для детей с 5 лет). В этой игре наравне с детьми могут участвовать и родители. Половине игроков-детей завязывают глаза, дают возможность походить по помещению и предлагают на ощупь найти и узнать друга (или своего родителя). Затем игроки меняются ролями.

**2. Игра «Оригинальное знакомство».** Ее цель – продиагностировать внутреннее состояние.

Участники садятся в круг и представляются – любым именем, персонажем фильма, сказки либо предметом. Необходимо также продумать какой-либо жест, характеризующий состояние игрока на данный момент. Если предыдущий участник говорит, что ему одиноко или грустно, то следующий должен его как-то подбодрить.

**3. Игра «Сочини историю»** (для детей с 5 лет). Ведущий начинает историю: «Жили-были...», следующий участник продолжает и так далее, по кругу. Когда очередь вновь доходит до ведущего, он направляет сюжет истории, делает его более осмысленным, и упражнение продолжается.

**4. Игра «Скажи, что ты слышишь».**

Ее цель – накопление словаря, развитие фразовой речи и слухового внимания.

Педагог предлагает детям закрыть глаза, внимательно прислушаться и определить, какие звуки они слышат (щелбег птиц, сигнал машины, шорох падающего листа, разговор прохожих и т.д.). Дети должны отвечать целыми предложениями. Игру лучше проводить во время прогулки.

### Детская застенчивость

Немецкий психиатр Фридрих Шольц образно определяет застенчивость так: «...в то время как страх смотрит в будущее, а печаль обращает свои взоры в прошлое – застенчивость есть мучительное ощущение каждого текущего момента, такое же частое у детей, как и у взрослых».

Застенчивость – это тяжелое психическое состояние, которое может влиять на мышление, задерживая или расстраивая его ход, вынуждает действовать вопреки желаниям, вызывает неловкие, лишние движения и т.п.

У детей застенчивость проявляется в смущении, робости, неловкости и даже кажущейся глупости; она

возникает у них в присутствии незнакомых им людей – как взрослых, так и детей. В некоторых случаях застенчивость можно рассматривать как один из симптомов психоастении.

Коррекция в данном случае состоит в том, чтобы тренировать застенчивого ребенка в общении с людьми.

Продумайте для ребенка систему поручений: сначала попросите его передать какую-нибудь вещь малознакомому человеку; далее предложите ему передать тому же человеку на словах какую-нибудь просьбу и т.п. Постоянно обращайтесь к ребенку с подобными поручениями, постепенно усложняя их в пределах своего дома или учреждения, а затем и вне его; со временем ребенок начинает ходить в близлежащий магазин, почтовое отделение, аптеку и т.п. Мягко проводимая система поручений нефорсированно дает хорошие результаты.

Никогда не браните и не упрекайте ребенка, также нельзя быть с ним холодно-строгим – это лишь усилит его боязливую напряженность.

Для определения эффективности применяемой коррекции целесообразно провести с ребенком диагностику до и после курса занятий и проследить изменения его самооценки.

**Диагностика самооценки ребенка «Лестница»** (с 5–7 лет). Ребенку дают рисунок лестницы и говорят, что на ее верхних ступеньках находятся самые хорошие дети, а внизу – самые плохие. Ребенок должен показать на этой лестнице свое место, а также место других детей (друзей, братьев, сестер). Применяются шкалы с различными характеристиками, например: хороший – плохой, умный – глупый, добрый – злой.

*Татьяна Геннадьевна Неретина – канд. пед. наук, доцент, преподаватель специальной педагогики и коррекционной психологии факультета педагогики и методики начального образования Магнитогорского государственного университета.*