



## 1. Цели и задачи программы

Целью программы психолого-педагогического сопровождения в ДОЛ «Смена» является оказание психолого-педагогической помощи и поддержки всем участникам процесса отдыха и оздоровления детей.

Объектом сопровождения выступает образовательно-воспитательный процесс в детском лагере.

Предметом деятельности является социальная ситуация развития участников образовательно-воспитательного процесса.

Субъектами деятельности являются участники образовательно - воспитательного процесса: подростки, педагогический коллектив детского лагеря, родители (лица их заменяющие) и сопровождающие лица.

Задачи психолого-педагогического сопровождения:

- способствовать созданию социальной ситуации развития, соответствующей индивидуальности всех субъектов образовательно-оздоровительного процесса и обеспечивающей психологические условия для охраны и улучшения их психологического здоровья и развития личности;
- содействовать педагогическому коллективу и временным детским объединениям в гармонизации социально-психологического климата;
- проводить психолого-педагогический анализ социальной ситуации развития в детском лагере, выявлять основные проблемы и определять причины их возникновения, пути и средства их разрешения;
- оказывать помощь в повышении уровня психологической компетентности педагогического коллектива.

Предполагаемый результат для подростков:

- эмоционально-психологическое благополучие подростков, благоприятный социально-психологический климат во временном детском коллективе;
- адаптация к условиям проживания и жизнедеятельности в детском лагере.

Предполагаемый результат для педагогов:

- эмоционально-психологическое благополучие педагога и сохранение его психологического здоровья;
- благоприятный социально-психологический климат в педагогическом коллективе;

- наличие основных компонентов психологической компетентности педагога, заключающейся в способностях устанавливать и поддерживать педагогически целесообразные отношения и обратную связь с участниками образовательного процесса, принимать грамотные решения в выборе методов и средств педагогической деятельности на основе знаний о психологическом развитии и возрастных особенностях различных категорий детей.

## **2. Возрастные особенности участников лагеря**

### **Младший школьный возраст (6 – 11 лет)**

К этому возрасту развитие мозга ребенка создает предпосылки для обучения его разным наукам. Изменение режима дня, увеличение времени на интеллектуальную деятельность требуют развития новых навыков: усидчивости, терпения, самоанализа, концентрации, сосредоточенности.

Младший школьный возраст – первый этап взросления.

Развитие социального «Я» ребёнка позволяет ему видеть свою роль в социальных отношениях, иметь свою точку зрения. Младший школьный возраст ребенка – это общение со сверстниками и развитие различных типов отношений между ними: дружба, конкуренция.

### **Подростковый возраст (12 - 15 лет)**

Средний школьный возраст детей является подростковым периодом их развития. Это возраст, когда у детей снижается стремление к учебе. Подростковый кризис связан с переходом детей к новому этапу интеллектуального развития. Дети мыслят по-новому, у них меняется поведение, происходит переход от конкретного к логическому мышлению.

Периоды повышенной активности сменяются временем снижения работоспособности. Проявляется стремление ребенка к определенному виду деятельности, которая, возможно, станет основой будущей профессии.

### **Средний школьный возраст – осознание своего будущего.**

Подростки больше любят общаться, чем учиться, приоритетными считают отношения со сверстниками, а не с семьей. Они начинают проявлять интерес к представителям противоположного пола, переживают, испытывают сексуальное влечение. Это время проявления упрямства, своеволия, грубости по отношению к взрослым, бунт против устоев и правил, негативизм к общественному мнению. Подросток хочет все больше независимости, его раздражает внедрение кого-либо в его внутренний мир.

### **Юношеский возраст (16 – 18 лет)**

Окончательное психологическое и физиологическое формирование детей происходит в период от 16 до 18 лет. Дети в этом возрасте готовятся закончить школу, думают над выбором профессии. Их умственные способности проходят завершающий этап своего развития, но совершенствование их продолжается. Все больше появляется потребность молодых людей к уединению, философствованию, они ограждают свой внутренний мир от чьих-либо посягательств, считают себя вполне самостоятельными. Они хотят разобраться в себе, особенностях своего характера, проявляют требовательность к тем, кто их окружает. В этом периоде у них развивается целеустремленность, общественная активность, инициативность. Это уже вполне сформированные личности, они более ответственно подходят к вопросам самовоспитания.

Возрастные особенности детей в разные этапы их жизни следует учитывать взрослым при общении с ними и попытках объяснить их поведение. Понимание взрослыми того, что происходит с ребенком в определенный момент времени, облегчит социализацию последних и поможет адаптироваться им в новом коллективе и в новых обстоятельствах.

### 3. Основные виды деятельности по психолого-педагогическому сопровождению

Период смены	Основные задачи периодов смены	Направления деятельности педагога-психолога	Формы, методы работы
Организационный 1-3 день	Адаптация детей в лагере	Мониторинг адаптации, выявление детей с риском дезадаптации и особенностями развития или поведения Профилактика дезадаптации Создание маршрута адаптации для детей «группы риска» Создание плана сопровождения детей с особыми потребностями (одаренные, овз)	Наблюдение, Беседа с вожатыми, Опросники для вожатых Наблюдение на мероприятиях, огоньках Выработка совместных действий с педагогами, вожатыми, медработниками, чек-листы вожатым Индивидуальные беседы с детьми Коррекционные занятия по снижению напряжения и адаптации ребенка в лагере (бытовая, социальная, эмоциональная адаптация)
	Создание первичного детского коллектива	Мониторинг отношений в отряде Выявление социальной структуры коллектива (лидеры, и антилидеры, «изгои») Правила и культура отношений в отряде Профилактика буллинга Определение уровня групповой динамики отряда	Наблюдение на мероприятиях Посещение огоньков Беседы, опросники для вожатых На планерке – консультации и рекомендации по организации отрядной работы «на завтра» исходя из динамики развития коллектива Рекомендации вожатым по созданию атмосферы в отряде, методам поддержания дисциплины
	Адаптация молодых вожатых к условиям работы	Мониторинг профессиональной адаптации Мониторинг стиля педагогического	Наблюдение взаимодействия вожатого и отряда Индивидуальные беседы,

		<p>общения вожатого с отрядом</p> <p>Выявление «зон риска»</p> <p>Оказание пс поддержки</p> <p>Мониторинг эмоционального состояния</p>	<p>рекомендации, чек - лист по проблемам</p> <p>Творческие формы поддержки вожатых («банк вожатской поддержки» и др)</p>
	Создание педагогического коллектива	<p>Мониторинг взаимоотношений в парах вожатых, вожатых и педагогов и сотрудников лагеря</p> <p>Профилактика дисгармоничных взаимоотношений в педколлективе</p> <p>Проведение занятий Психологического клуба</p>	<p>Наблюдение</p> <p>Индивидуальные беседы</p> <p>Консультации групповые</p> <p>Рекомендации для профилактики конфликтов</p> <p>Медиация</p> <p>Приемы: эмпатическое слушание, активное слушание, метод метафор и др)</p>
Основной период 4 – 8 день	<p>Проявление индивидуальности и способностей ребенка в лагере.</p> <p>Кризис лидерства.</p> <p>Конфликт – индивидуальности и коллективности.</p> <p>Усталость, истерики, агрессивность</p> <p>Интеграция личности в групповое взаимодействие</p>	<p>Мониторинг условий для самореализации участников лагеря</p> <p>Профилактика утомления и выгорания</p> <p>Психологическая помощь при эмоциональных состояниях – агрессивность, тревожность, истерики и тп.</p> <p>Сопровождение детей с особыми потребностями</p> <p>Проведение занятий Психологического клуба</p>	<p>Наблюдение</p> <p>Индивидуальные и групповые беседы в соответствии с запросом и по мере возникновения необходимости.</p> <p>Релакс – тренировки</p> <p>Индивидуальные коррекционные занятия по запросам (эмоциональные состояния, взаимоотношения): рисование, лепка и др арт-направления, мак, дыхательные и двигательные практики, сказкотерапия и тп, дневник, банка радости</p> <p>Рекомендации по работе с подростками различных категорий, в т.ч. детей с ОВЗ</p>

	<p>Развитие детского коллектива, сплочение отряда. Взаимодействие между группами в отряде, конфликтность. Рост активности в отряде. Риск буллинга Развитие междотрядного взаимодействия</p>	<p>Мониторинг настроения в отрядах Мониторинг групповой динамики Коррекция взаимоотношений в отряде Решение конфликтных ситуаций</p>	<p>Дневник (экран) настроения отряда Методики диагностики психологического климата в отряде Совместно с вожатыми проведение проблемных и тематических огоньков, игр на взаимодействие в отряде Методы медиации Предоставление рекомендаций по задачам развития групповой динамики в отряде, педагогическим методам</p>
	<p>Развитие профессиональных навыков, самореализация. Усталость, эмоциональное напряжение, риск выгорания</p>	<p>Профилактика выгорания, поддержание ресурсности педколлектива</p>	<p>Индивидуальные консультации по запросам Техники релаксации, выражения эмоций через арт-практики</p>
Итоговый период 9-11 день	<p>Укрепление взаимодействия в отряде, вопросы поддержания дисциплины и правил Сплочение коллектива лагеря, общелагерное взаимодействие Подведение итогов смены в отряде и в лагере</p>	<p>Мониторинг взаимодействия в отряде, стиля педагогического общения Коррекция взаимодействия в отряде Коррекция эмоционального состояния Организация обратной связи</p>	<p>Индивидуальные консультации по запросам Методики организации рефлексии через творчество, анкетирование Совместно с вожатыми прощальные огоньки, письма благодарности</p>
	<p>Подведение итогов смены с подотрядом</p>	<p>Организация обратной связи с вожатыми и педагогами Анализ педагогических</p>	<p>Методики «ретромат», анкетирование Индивидуальные консультации</p>

		результатов работы смены	
--	--	--------------------------	--

#### **4. Взаимодействие с административной группой детского лагеря:**

- планирование, корректировка и уточнения содержания взаимодействия на смену;
- экспертная оценка программ отрядной деятельности педагогов;
- информирование о сложностях, возникающих у подростков и педагогов в процессе смены;
- предоставление рекомендаций по разрешению возникающих трудностей;
- предоставление результатов проведенных диагностических исследований;
- анализ результатов диагностических исследований и реализации практической деятельности по итогам смены;
- организация проведения практических мероприятий с педагогами и подростками;
- участие в собеседованиях и планерках по итогам организационного периода и смены в детском лагере.

#### **Критерии результативности программы:**

- высокий уровень удовлетворенности подростков пребыванием в детском лагере;
- сокращение числа ранних отъездов подростков и негативных отзывов как со стороны подростков, так и их родителей в адрес детского лагеря;
- результаты анкетирования оценки взаимодействия с педагогом-психологом.

#### **5. Особенности психолого-педагогического сопровождения воспитанников интернатных учреждений в условиях организации отдыха и оздоровления детей.**

Психологические особенности

Воспитанники интернатных учреждений в силу своих жизненных обстоятельств, переживают эмоциональную депривацию, вследствие чего

обладают низкой адаптивностью к новым социальным условиям, повышенной агрессивностью, недостаточно развитыми навыками конструктивного общения. Также эти подростки отличаются эмоциональной незрелостью, недоверчивостью, недостаточностью жизненного опыта и осведомлённости в вопросах половых отношений, неумением полно и критично оценивать сложившуюся ситуацию и прогнозировать возможные действия других людей. Адаптация детей и подростков к условиям детского лагеря усугубляется тем, что они попадают в новую среду и могут находиться в подавленном эмоциональном состоянии.

Так же необходимо обращать особое внимание на работу с педагогами и вожатыми, которые непосредственно будут взаимодействовать с этими ребятами, так как косвенно они оказывают на подростков психотерапевтическое влияние.

В связи с этим, данная работа может проводиться по двум направлениям:

- это развивающая работа с детьми и подростками – воспитанниками интернатных учреждений;
- работа с педагогами, взаимодействующими с этими детьми.

Цель: организация психолого-педагогического сопровождения воспитанников интернатных учреждений во временном детском коллективе.

Основные методы и формы социально-психологической работы с подростками и педагогами: наблюдение, интервьюирование, тестирование, анкетирование, методы саморегуляции, визуализации и релаксации, консультирование, занятия с элементами тренинга и т.д.

Этапы реализации программы:

#### I. Предварительный этап реализации программы

- сбор информации о подростках;
- планирование взаимодействия с педагогическим коллективом детского лагеря;
- знакомство педагогов детского лагеря с психологическими особенностями поведения воспитанников интернатных учреждений.

#### II. Основной этап реализации программы:

Организационный этап смены. На этом этапе посредством наблюдения осуществляется диагностика эмоционального состояния детей и устанавливается дружеский контакт с ними.

В течение основного этапа смены предполагается реализация следующих психолого-педагогических, социально-педагогических и организационных мероприятий:

- групповая диагностика с целью исследования эмоционально-психологического климата временных детских объединений, в которых находятся воспитанники интернатных учреждений;
- индивидуальная диагностика – по мере обращения подростков и педагогов;
- индивидуальное и групповое консультирование подростков и педагогов по актуальным для них вопросам;
- развивающие занятия с подростками и педагогами;
- участие в планерных совещаниях педагогического коллектива;
- проведение групповой рефлексии с педагогическим коллективом для поиска наиболее эффективных путей разрешения возникающих трудностей.

### III. Завершающий этап реализации программы:

Данный этап программы совпадает с итоговым периодом смены и наполнен следующими мероприятиями:

- подготовка к расставанию с детьми – настрой ребёнка на возвращение в привычную для него социальную среду;
- подведение итогов психолого-педагогической работы с данной категорией подростков.

IV. Аналитический этап реализации программы (после окончания смены): подготовка отчета по результатам социально-психологического сопровождения в условиях временного детского объединения воспитанников интернатных учреждений.

## **6. Особенности психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в условиях организации отдыха и оздоровления детей.**

Основной целью психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в организациях детского отдыха является создание специальных педагогических и социально-психологических условий, позволяющих осуществить развивающую, коррекционно-развивающую работу с детьми, испытывающими адаптационные трудности.

К задачам психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ в организациях детского отдыха относятся:

- создание психологически безопасной атмосферы;
- развитие способности контролировать свое поведение и эмоциональное состояние;
- обучение адекватным и эффективным способам взаимодействия с окружающими;
- развитие коммуникативных навыков; - повышение самооценки ребенка;
- создание благоприятных социально-педагогических условий для развития личности;
- организация индивидуального образовательного маршрута в системе дополнительного образования;
- выявление творческого потенциала воспитанников;
- расширение сферы самостоятельности ребенка.

Совместное пребывание здоровых детей и детей с ОВЗ в детском лагере даст положительный педагогический эффект для обеих категорий детей. Для здоровых детей - распространение доброжелательного, сочувственного отношения к людям с ограниченными возможностями; создание условий для формирования ценностного отношения к жизни и своему здоровью. Для детей с ОВЗ: возможность смены обстановки; создание условий для осознания ребёнком себя как полноценного члена общества; создание условий для социокультурной реабилитации детей (как правило, дети с ОВЗ имеют ограниченный круг общения). В детском лагере появляется возможность общения с более широким кругом детей и взрослых, сюда же входят и люди с подобными заболеваниями - продуктивное общение с ними поможет понять ребёнку, что он не одинок в своей проблеме. Социокультурные ценности, которые выходят на первый план, - это, общение, дружба и взаимопомощь, командная работа, познавательный и развивающий отдых. Связующим звеном для самореализации и совместной деятельности будут различные виды творчества, и задача детского лагеря при реализации дополнительной инклюзивной общеразвивающей программы - обеспечить возможность для творческой самореализации всех участников смены.

Задачами организационного этапа для детей с ОВЗ должно стать развитие навыков пространственной ориентации (знакомство с непривычными бытовыми условиям и адаптация к ним, друг с другом, вожатыми, детским лагерем, правилами совместного проживания и

взаимодействия) и сенсорной сферы (восприятия). Эти задачи могут быть решены посредством игр на знакомство, игр-путешествий, экскурсий по территории лагеря, огонька знакомства, общего вечернего сбора лагеря, поющей лагерной площади, музыкально-игровых часов, занятий с педагогами-психологами. Сам организационный этап должен длиться 5-7 дней (длительность организационного периода зависит от тяжести дефекта, сочетанности с другими дефектами и степени поражения основных функций и анализаторов). По окончании периода педагогами-психологами будет проведена диагностика эмоционально-психологического климата для выявления его уровня, степени адаптации детей к условиям лагеря и факторов эмоционального неблагополучия для оперативной корректировки деятельности и оказания индивидуальной поддержки

Основной период смены должен быть насыщенным и продуктивным для детей обеих категорий. Акцент должен быть сделан на творческую и физкультурно-оздоровительную деятельность, воспитатели продолжают знакомить детей с историей, традициями, природой и архитектурой детского лагеря, проводят музыкально-игровые часы, тематические огоньки, игры. Задачами основного периода для детей с ОВЗ являются развитие мелкой и крупной моторики, развитие или реабилитация эмоциональной сферы. Необходим ряд творческих дел, которые способствовали бы раскрытию и реализации различных талантов и способностей детей. Важно по возможности организовывать встречи со взрослыми, состоявшимися людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья: реальные жизненные истории помогут детям с ОВЗ понять, что они могут многого добиться в жизни, несмотря на свои недуги, а здоровые дети смогут почувствовать, что от их поддержки и внимания зависят будущие успехи их новых друзей. Необходимо организовать ряд образовательных занятий декоративно-прикладного характера, которые будут проводить педагоги дополнительного образования с целью научить детей чему-то новому, а также провести ярмарку талантов, где каждый ребенок сможет попробовать научить других тому, что он любит делать и что у него хорошо получается. Ближе к концу основного периода ярким событием должен стать совместный творческий концерт, подготовка к которому может вестись в предыдущие дни смены, где дети обеих категорий смогли бы на одной сцене показать то, чему научились. Планирование поездок для детей с ОВЗ, в том числе в контактный зоопарк, дельфинарий будет содействовать развитию сенсорной и эмоциональной сферы детей, снижению уровня эмоционального возбуждения от участия в основных событиях смены, стабилизировать эмоциональный фон. Также в смене должны быть обеспечены такие пространства как: занятия с педагогами-психологами, кружковая деятельность прикладного характера, возможность посещения библиотеки, посещения общелагерных мероприятий. Педагоги-психологи

должны проводить занятия на развитие эмоциональной сферы, установление конструктивного взаимодействия со сверстниками, занятия с элементами релаксации и визуализации.

На итоговом этапе необходимо создать условия для анализа (важно учесть когнитивный уровень развития детей с ОВЗ, особенно рефлексивные и аналитические навыки) участия в смене, определения ценности опыта общения и взаимодействия, полученных в лагере. Педагоги проведут итоговые дела смены: итоговый сбор, прощальный огонек, письмо на память, на торжественной церемонии посвящения вручат памятные значки. По окончании итогового периода с целью продолжения общения ребят вне лагеря рекомендуем организовать обмен контактами (адреса, телефоны) между детьми, что можно сделать в яркой творческой форме.

По итогам смены необходимо провести опрос удовлетворённости родителей и сопровождающих педагогов относительно оправданности их ожиданий от участия в смене как детей, так и самих взрослых.

## **6. Психолого-педагогические рекомендации вожатым**

### *Как работать с ребенком, проявляющим агрессию?*

Агрессивное поведение детей – вербальная и физическая активность, направленная на причинение вреда собственному здоровью, людям, животным, внешним объектам. Основано на негативных эмоциях, желании навредить. Проявляется в непослушании, раздражительности, жестокости, оскорблениях, клевете, угрозах, отказах от общения, актах насилия (укусах, ударах). Диагностируется врачом-психиатром, психологом (на основе наблюдений). Исследование проводится методом беседы, наблюдения, используются анкеты, опросники, проективные тесты. Лечение включает групповую, индивидуальную психотерапию – обучение способам контроля эмоций, безопасному выражению злости.

В подростковом возрасте агрессивность возникает как результат гормональной перестройки и сопутствующей этому периоду эмоциональной лабильности, усложнения социальных контактов. Возникает потребность доказывать свою значимость, силу, востребованность. Агрессия либо подавляется, заменяется продуктивными видами деятельности, либо принимает крайние формы – юноши и девушки дерутся, наносят соперникам увечья, совершают попытки суицида.

Следует различать понятия «агрессия» и «агрессивность». Агрессия - это намеренные действия. Любая форма агрессии - враждебность, упрямство, упорство - вызвана попытками контролировать ситуацию, воздействовать на нее в целях совершенствования либо себя, либо своего окружения. Агрессивность - это свойство личности, «выражающееся в готовности к агрессии».

Необходимо научиться правильно реагировать на приступы агрессии. Что в такие моменты категорически нельзя делать взрослым:

- выходить из себя, злиться, раздражаться, вести себя так же агрессивно;
- кричать, повышать голос;
- пытаться что-то объяснить, читать нотации, воспитывать;
- применять физическое насилие: бить, дёргать, давать подзатыльник,
- удовлетворять требования «бунтаря».

Если взрослый отвечает на детскую агрессию таким же поведением - это вызывает ещё большее обострение приступа. Ребёнок кричит ещё громче, дерётся ещё сильнее. Физическое подавление может сыграть роль временного решения проблемы. Но в этом случае увеличивается риск развития скрытой формы враждебности, которая в дальнейшем превратится в лицемерие и склонность к манипуляциям. Наиболее провальный вариант - дать желаемое. Тем самым паттерн закрепляется и становится постоянным оружием для достижения целей.

В процессе работы с ребенком, проявляющим агрессию необходимо:

1. Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
2. Выяснить причину поступка, выработать другие пути достижения цели (расширять социальные модели поведения). Объясните, какими другими неагрессивными способами он может самоутвердиться, обратить на себя внимание среди других людей.
3. Старайтесь понять характер детской агрессивности. Спрашивайте, в каких случаях ребенок чаще становится сердитым, теряет над собой контроль.
4. Проявлять недовольство именно действием, поступком, принимая личность ребенка в целом (продолжая любить).
5. Установить запрет, объясняя причины (кратко излагать свое объективное недовольство), и вводить социальные правила (в доступной форме).

6. Быть последовательным в наказаниях ребенка, наказывать за конкретные поступки.
7. Наказания не должны унижать ребенка.
8. Обучать приемлемым способам выражения гнева.
9. Отметить отсутствие выгоды негативного поступка для личности ребенка (неотвратимость наказания, социальная изоляция, возвращение зла и др.).
10. Давать ребенку возможность проявлять гнев непосредственно после фрустрирующего события.
11. Беседовать с ребенком о его поступке без свидетелей.
12. В беседе использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.) и собственных чувств (тревоги, страха, желания наказать и др.).
13. Дать возможность самому ребенку исправить ситуацию, предлагать позитивные модели поведения.
14. Учить ребенка предвосхищать последствия своих негативных действий.
15. Больше проявлять эмоционального тепла (обнимать не менее четырех раз в день), чаще использовать положительную стимуляцию, позитивные формы воспитания: отмечать и радоваться успехам, достижениям ребенка.
16. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей. Чаще разговаривать с агрессивным ребенком о его собственных эмоциональных состояниях.
17. Развивать способность к эмпатии.
18. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
19. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях.  
Чаще спрашивать о вариантах выхода из конфликтной ситуации.
20. Учить брать ответственность на себя.
21. Дать возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т. д.
22. Самому взрослому демонстрировать модель неагрессивного поведения.
23. Разработать единый систематический подход к ребенку. Противоречия в убеждениях и требованиях взрослых способствуют закреплению негативного поведения у ребенка.

Перечисленные ниже правила позволят в конфликтной ситуации обеспечить позитивное разрешение конфликтов.

1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии. Позитивные стратегии:

- выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно...»);
- переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать вот эту книгу с верхней полки, ты ведь выше меня»);
- позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»).

Если ребенок/подросток проявляет гнев в допустимых пределах и по вполне объяснимым причинам, нужно позволить ему отреагировать, внимательно выслушать и переключить его внимание на что-то другое.

2. Акцентирование внимания на поступках (поведении), а не на личности.

Один из важных путей снижения агрессии - установление с ребенком обратной связи. Для этого можно использовать такой прием как констатация факта («ты ведешь себя агрессивно»).

3. Контроль над собственными негативными эмоциями.

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует, как нужно взаимодействовать с агрессивным человеком.

4. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией - уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти («Воспитатель здесь пока еще я», «Будет так, как я скажу»);
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, переkreщенные или сцепленные руки, разговор «сквозь зубы»;

- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, «чтение морали»;
- наказания или угрозы наказания;
- обобщения типа: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда...», «Ты никогда не...»;
- сравнение ребенка с другими детьми не в его пользу; • команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

#### 5. Обсуждение проступка

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно, этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время, обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но, прежде всего, для самого маленького агрессора.

#### 6. Сохранение положительной репутации ребенка

И действительно, плохая репутация и негативный ярлык опасны:

закрепившись за ребенком/подростком, они становятся самостоятельной побудительной силой его агрессивного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично минимизировать вину подростка («Ты не важно себя чувствуешь», «Ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз показать истину;
- не требовать полного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;
- предложить ребенку/подростку компромисс, договор с взаимными уступками.

Настаивая на полном подчинении (то есть на том, чтобы ребенок не только немедленно сделал то, что вы хотите, но и тем способом, каким вы хотите), можно спровоцировать новый взрыв агрессии.

#### 7. Демонстрация неагрессивного поведения ребенка

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание (нерефлексивное слушание - это слушание без анализа (рефлексии), дающее возможность собеседнику высказаться; оно состоит в умении внимательно молчать, чтобы собеседник полностью выговорился);
- пауза, дающая возможность ребенку успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

#### *Рекомендации по работе с медлительным ребенком*

Таких детей сверстники называют «тормозами», а взрослые в сердцах называют копушами, мямлями или сонными тетерями. Все действия они совершают словно в замедленной съемке, а иногда и вовсе застывают, как бы засыпая на ходу. Специалисты пользуются термином «медлительные дети», психоневрологи иногда в этом случае говорят о гиподинамическом синдроме. Медлительные дети больше подвержены развитию неврозов. Трудности, испытываемые медлительными детьми, накладывают отпечаток и на их характер: очень часто они становятся необщительными, замыкаются в себе.

В первые годы своей жизни медлительный ребенок практически не вызывает своим поведением тревоги у взрослых. Наоборот, он очень «удобен»: много спит, не капризничает, физическая активность снижена. Вот разве что в песочнице всегда пасует перед более шустрыми сверстниками. Да в детском саду воспитательница ворчит: «Все уже давно гуляют, а этот только первый ботинок зашнуровывает». Но пока это лишь мелкие неудобства.

Скорость деятельности медлительных детей значительно ниже, чем у сверстников:

- скорость письма - в 2 раза;

- скорость выполнения простых движений — в 1,6 раза; - скорость решения логических задач — более чем в 1,5 раза). У медлительных детей в 2 раза ниже продуктивность работы.

Это значит, что они могут работать либо качественно, но медленно, либо быстро, но некачественно. Постоянные требования учителя и родителей увеличить темп деятельности толкают детей на снижение качества работы (ухудшается почерк, появляются ошибки, неправильно решаются примеры и задачи, нарушается эффективность чтения и т. п.).

У медлительных детей почти в 2 раза длиннее время от сигнала к действию до начала самого действия. Им необходимо достаточно длительное время на включение в работу и переключение.

При форсировании скорости выполнения задания время его выполнения у медлительных детей не только не уменьшается, но и увеличивается. Это свидетельствует о неэффективности такого метода коррекции.

У медлительных детей значительно дольше формируются новые навыки.

Медлительные дети усваивают на 1/3 меньше информации, чем их сверстники - при одинаковой интенсивности ее подачи, но если темп увеличивается, медлительные дети воспринимают меньше половины. Они могут все прекрасно знать и уметь, но не успевают выполнять.

Если ребенок медлителен...

1. Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.
2. Не торопите его, поощряйте, подбадривайте словом, взглядом, прикосновением. Хвалите ребенка за быстроту и эффективность при каждом случае.
3. При обращении к ребенку устанавливайте визуальный контакт.
4. Сделайте ваши пожелания, просьбы абсолютно ясными для ребенка, убедитесь, что он вас правильно понял. Давайте только одно указание за один раз.
5. Учитесь сдерживать себя, не повышайте голос, старайтесь обойтись без попреков и понуканий, избегайте ярлыков, штампов по отношению к ребенку («Ты никогда не бываешь готов вовремя» или «Ты всегда опаздываешь»).
6. Никогда не позволяйте ребенку работать «на время». Временной цейтнот категорически противопоказан медлительному ребенку.
7. Всемерно способствуйте развитию уверенности в своих силах (подбодрить, подчеркнуть успех).

8. Всегда помните о том, что ребенку нужно время на «раскачку».
9. Используйте приемы опережающего воздействия. Заранее напоминайте, создавайте условие, облегчающее ребенку выполнение задания в более быстром темпе. Обсуждайте заранее намечающиеся события.
10. Привлекайте к совместной деятельности. Ребенок, заражаясь общим настроением и темпом, стремится согласовать свои действия с действиями других.
11. Вносите элементы игры в те ситуации, где требуется ускорение реакций медлительного ребенка.
12. Избегайте выполнения длительной напряженной работы, работы в высоком темпе.
13. Стремитесь к строгому соблюдению режима дня, ведь жизненные стереотипы очень важны для медлительного ребенка.
14. Выработывайте у ребенка чувство времени.
15. Привлекайте ребенка к занятиям физической культурой, ритмикой. Проводите систематическую тренировку подвижности нервных процессов в специально подобранных играх.

#### *Взаимодействие с тревожным ребенком*

В психологическом словаре дано следующее определение тревожности: это «индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают».

Признаки тревожности ребенка:

1. Не может долго работать, не уставая.
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.
5. Смущается чаще других.
6. Часто говорит о напряженных ситуациях.
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.
8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.
9. Руки у него обычно холодные и влажные.

10. У него 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 слезы.
17. Плохо переносит ожидание.
18. Не любит браться за новое дело.
19. Не уверен в себе, в своих силах.
20. Боится сталкиваться с трудностями.

#### Правила взаимодействия с тревожным ребенком

1. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей.
2. Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
3. Учитывайте возможности ребенка, не требуйте от него того, что он не может выполнить, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
4. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.
5. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
6. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
7. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
8. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
9. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
10. Учитывайте возможности ребенка, не требуйте от него того, что он не может выполнить, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.

11. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.

### Правила работы с гиперактивными детьми

Гиперактивность у детей - повышенный уровень двигательной активности.

Причины повышенной двигательной активности:

1. Могут быть в естественном проявлении физиологических потребностей ребенка (особенно младшего возраста) к движению.
2. Могут наступать под влиянием конфликтных психотравмирующих ситуаций и дефектов воспитания.
3. Гиперкинетический синдром\* (СДВГ) – неврологически-поведенческие расстройства развития, начинающиеся с первых лет или даже месяцев жизни (симптомы: расстройство внимания, импульсивность, гиперактивность).

Советы по взаимодействию с ребенком, у которого «излишки» активности (физиологические потребности или активный темперамент)

1. Создание спокойной психологической обстановки.
2. Научить контролировать свои эмоции (с помощью «агрессивных» игр).
3. Избегать двух крайностей - проявления чрезмерной мягкости и предъявления ему повышенных требований.
4. Нельзя допускать вседозволенности: детям должны быть четко разъяснены правила поведения в различных ситуациях. Однако количество запретов и ограничений следует свести к разумному минимуму.
5. Ребенка нужно хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести начатое дело до конца. На примере относительно простых дел нужно научить правильно распределять силы.
6. Необходимо оберегать детей от переутомления, связанного с избыточным количеством впечатлений.
7. «Движение - это жизнь», недостаток физической активности может стать причиной повышенной возбудимости. Нельзя сдерживать естественную потребность ребенка поиграть в шумные игры, порезвиться, побегать, попрыгать.
8. Подготовьте своему непоседе «поле для маневров»: активные виды спорта для него - просто панацея.