

Всероссийский детский центр «Орлёнок»

С. И. КРАВЦОВА,  
МЕТОДИСТ  
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ЦЕНТРА

**Особенности взаимодействия  
с нестандартным ребенком**

В помощь педагогам

Составитель: С. И. Кравцова

**ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ  
С НЕСТАНДАРТНЫМ РЕБЕНКОМ  
В помощь педагогам**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПРЕДИСЛОВИЕ</b> .....	<b>3</b>
<b>КАК РАБОТАТЬ С РЕБЕНКОМ, ПРОЯВЛЯЮЩИМ АГРЕССИЮ</b> .....	<b>5</b>
Игры и игровые приемы при работе с ребенком, проявляющим агрессию .....	<b>12</b>
<b>ПРАВИЛА РАБОТЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ</b> .....	<b>21</b>
Игры, используемые при работе с гипердинамичными детьми .....	<b>26</b>
<b>РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ИМПУЛЬСИВНЫМИ ДЕТЬМИ</b> .....	<b>33</b>
Игры, используемые при взаимодействии с импульсивными детьми .....	<b>34</b>
<b>ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ</b> .....	<b>36</b>
Игры при работе с застенчивым ребёнком .....	<b>39</b>
Раскрепощающие игры для преодоления детской застенчивости .....	<b>42</b>
Игры на формирование доверия и уверенности в себе .....	<b>44</b>
<b>ПРАВИЛА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ТРЕВОЖНЫМ РЕБЁНКОМ</b> .....	<b>46</b>
Игры, используемые в работе с тревожными детьми .....	<b>48</b>
<b>РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С МЕДЛИТЕЛЬНЫМ РЕБЕНКОМ</b> .....	<b>53</b>
Игры, используемые при взаимодействии с медлительным ребенком .....	<b>55</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ И РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	<b>57</b>

*Материалы данного сборника помогут воспитателю детского лагеря видеть в каждом ребенке его индивидуальность, помогут научиться понимать «нестандартных» детей, выбирать оптимальные способы взаимодействия с ними, позволят нам, взрослым, быть более внимательным и терпеливым.*

*При создании сборника мы использовали материал, приведенный в литературе, посвященной работе педагогов, психологов, медиков с различными категориями детей.*

*Данный сборник может быть иметь практическую значимость и для педагогов других воспитательских отделов Центра: учителей школы, педагогов отдела детского творчества, воспитателей детского сада, педагогов-психологов и социальных педагогов социально-психологической службы в качестве рекомендаций при ориентации педагогов в проблемах адаптации нестандартных детей.*

*Материалы сборника предназначены и для использования в качестве учебно-дидактического инструментария при проведении занятий в Школе педагогических работников, инструктивно-методическом семинаре студентов при подготовке слушателей к работе с воспитанниками.*

10. Крюкова С.В., Слободняк Н.С. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М., Генезис, 2007.
11. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – М., 2000.
12. Моница Г. Б., Лютова-Робертс Е. К., Чутко Л.С. Гиперактивные дети. Психолого-педагогическая коррекция. СПб.: Речь, 2007.
13. Мурашова Е.В. Дети-«тюфяки» и дети-«катастрофы». Гиподинамический и гипердинамический синдром» Екатеринбург: У-Фактория, 2004.
14. Подласый И. П. Курс лекций по коррекционной педагогике. Для средних специальных учебных заведений. – М.: Владос, 2002
15. Рассел А. Баркли, Кристина М. Бентон. Ваш непослушный ребенок. – СПб.: Питер, 2004.
16. Романов А.А.. Игротерапия: Как преодолеть агрессивность у детей: Диагностические и коррекционные методики: Пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей. 2003.
17. Фопель Клаус. Как научить детей сотрудничать? Часть 4. – М., Издательство: Генезис. 2006.
18. Чутко Л.С. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью и сопутствующие расстройства.- СПб.: Хока, 2007.
19. Шишова Т. Застенчивый невидимка. Речь, 2007.

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Повзрослев, мы вспоминаем свою жизнь, детство, школьную жизнь, пребывание во временном детском коллективе с любовью. Но зато пока учимся, сколько переживаний, сколько конфликтных ситуаций ... Но есть категория людей, которые, даже повзрослев, не любят вспоминать это время, напротив, хотят забыть все это. И навсегда.

И чаще всего это люди, которые уже в детском возрасте отличались от других, их характер не вписывался в рамки общепринятых норм, особенности поведения сразу определяли их в категорию «нестандартных», «трудных».

Конечно же, помочь ребенку вписаться в реальность, в социум можно. Пусть не всегда это легко. И здесь многое зависит от нас, взрослых.

В настоящее время никого уже не нужно убеждать, что дети разные, что каждый ребенок – индивидуальность. В конечном счете, все они требуют разного подхода. И мы, взрослые, должны учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка.

Чтобы несколько облегчить поиск удачных приемов воспитания и обучения, мы хотим рассказать о некоторых категориях «нестандартных» детей, с которыми нам приходится находить общий язык, сотрудничать. Этот сборник для тех педагогов, которые спешат на помощь маленькому человечку.

Сборник оформлен в форме рекомендаций (памяток) по взаимодействию с нестандартным ребенком. Общая структура сборника может быть обрисована следующим образом. Каждый блок посвящен описанию работы с гиперактивными, тревожными, застенчивыми, импульсивными, медлительными, агрессивными детьми. В начале каждого блока дается научная справка о типичных случаях детской индивидуальности, указания возможных причин их возникновения и рекомендации по взаимодействию с каждой категорией детей. В заключении предлагается практический материал в виде игр, упражнений, которым можно воспользоваться при воспитании и обучении.

***Итак, успехов вам  
и больше веры в себя  
и возможности наших ребят!***

## **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Байярд Роберт Т., Джин Байярд. Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей: Пер. с англ. (Психологические технологии). – М., Издательство: Академический проект, 2006.
2. Брызгунов И. П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. – М.: Издательство института Психотерапии, 2002.
3. Буянов М. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков (суггестивные и тренировочные методики). – М., 1976.
4. Гарбузов В. И. «Воспитание ребенка в семье: Советы психотерапевта», КАРО, СПб, 2006.
5. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М., 2000.
6. Заваденко Н.Н. Гиперактивность и дефицит внимания в детском возрасте. – М.: Издательский центр «Академия», 2005.
7. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб.: Издательство Союз, 2004.
8. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. СПб., 2000.
9. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб., 1997.

### **«Горячий мячик»**

Дети встают кружком, ведущий за кругом, спиной к детям. По первому хлопку дети начинают передавать друг другу мяч, от соседа к соседу, из рук в руки, по второму хлопку – останавливаются. Тот, в чьих руках оказался мяч, выходит из игры. Если мяч роняют – из игры выходят оба играющих, между которыми упал мяч. Побеждает, оставшийся в кругу.

### **«Цветочный волчок»**

Каждый ребенок выбирает для себя название какого-то цветка (колокольчик, ромашка, роза ...). Ведущий запускает волчок, затем выкрикивает название цветка:

— Ромашка!

— Я! – отзывается «Ромашка» и быстро подкручивает волчок. Подкрутив, выкрикивает название следующего цветка.

Кто не успел отозваться или у кого упал волчок – выходит из игры.

### **«Шарик»**

Нужно встать друг напротив друга и перекидывать друг другу надувной шарик. При этом нельзя двигаться с места и отрывать ступни от пола. Тот, кто двинулся с места или потерял шарик, – проиграл. Игра способствует развитию статического равновесия.

## **КАК РАБОТАТЬ С РЕБЕНКОМ, ПРОЯВЛЯЮЩИМ АГРЕССИЮ**

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».

### **Правила общения с детьми, проявляющими агрессию**

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. Исключить ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка.
16. Больше проявлять эмоционального тепла (обнимать не менее четырех раз в день), чаще использовать положи-

---

\* Фрустрация [лат. frustratio – обман, тщетное ожидание, расстройство, разрушение (планов, замыслов), от frustror – обманываю, делаю тщетным, расстраиваю], психологическое состояние гнетущего напряжения, тревожности, чувства безысходности и отчаяния. (БСЭ)

## **ИГРЫ, ИСПОЛЪЗУЕМЫЕ ПРИ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ С МЕДЛИТЕЛЬНЫМ РЕБЕНКОМ**

### **«Поезд»**

Взрослый начинает «путешествие на поезде», отбивая ладонями характерный ритм. Ребенок присоединяется к нему. Ритм отбивается сначала медленно и ритмично, затем темп равномерно убыстряется. Когда «поезд» достигает максимальной скорости, взрослый дает свисток, который означает, что поезд должен так же равномерно сбавлять скорость и, в конце концов, остановиться. Можно добавлять и другие звуковые эффекты. Например, имитировать звук открывающихся дверей, торможения, предостерегающего гудка и т.д.

### **«Обмоталочки – 1»**

#### *Народная игра*

Берется длинная веревка, более 5м, середина ее помечается узлом. Игроки встают по разные стороны веревки, закрепляют концы на поясе. По сигналу дети начинают крутиться на месте, накручивая на себя концы веревки, пока не встретятся. Побеждает тот, на чьем поясе окажется узелок.

### **«Обмоталочки – 2»**

Середина веревки так же помечена узлом, каждый конец привязан к палке толщиной немного больше карандаша. Двое играющих расходятся, натягивая веревку. По сигналу каждый начинает наматывать веревку на палку. Побеждает тот, кто намотал больше веревки.

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.

- тельную стимуляцию, позитивные формы воспитания: отмечать и радоваться успехам, достижениям ребенка.
17. Обучать распознаванию собственного эмоционального состояния и состояния окружающих людей. Чаще разговаривать с агрессивным ребенком о его собственных эмоциональных состояниях.
  18. Развивать способность к эмпатии\*.
  19. Расширять поведенческий репертуар ребенка.
  20. Отрабатывать навык реагирования в конфликтных ситуациях. Чаще спрашивать о вариантах выхода из конфликтной ситуации.
  21. Учить брать ответственность на себя.
  22. Дать возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте и т. д.
  23. Самому взрослому демонстрировать модель неагрессивного поведения.
  24. Разработать единый систематический подход к ребенку. Противоречия в убеждениях и требованиях взрослых способствуют закреплению негативного поведения у ребенка.

---

\* Эмпатия (от англ. empathy – сочувствие, сопереживание, умение поставить себя на место другого, проникновение в субъективный мир другого) – (1) когнитивная осведомленность и понимание эмоций и чувств другого человека.

## **Правила экстренного вмешательства**

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

### **1. Спокойное отношение в случае незначительной агрессии.**

Позитивные стратегии:

- полное игнорирование реакций ребёнка/подростка – весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения;
- 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 используются следующие приемы:

- констатация факта («ты ведешь себя агрессивно»);

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С МЕДЛИТЕЛЬНЫМ РЕБЕНКОМ**

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.

### **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»).



Далее учитель или воспитатель, на свое усмотрение, могут похвалить особо тревожных детей, например, так: «Все работали хорошо, особенно страшной была маска Вити, когда я посмотрела на Сашу, то сама испугалась, а Машенька была очень похожа на хитрую лисицу. Все постарались, молодцы!»

«Рабочий день актера закончен. Мы с вами устали. Давайте отдохнем. Давайте посидим так, молча, расслабимся и отдохнем. Всем спасибо!»

### **«Скульптура»**

Эта игра учит детей владеть мышцами лица, рук, ног и снимать мышечное напряжение.

Дети разбиваются на пары. Один из них – скульптор, другой – скульптура. По заданию взрослого (или ведущего-ребенка) скульптор лепит из «глины» скульптуру:

- ребенка, который ничего не боится;
- ребенка, который всем доволен;
- ребенка, который выполнил сложное задание и так далее.

Темы для скульптур может предлагать взрослый, а могут – сами дети.

Играющие обычно меняются ролями. Возможен вариант групповой скульптуры.

После проведения игры целесообразно обсудить с детьми, что они чувствовали в роли скульптора, скульптуры, какую фигуру приятно было изображать, какую – нет.

- констатирующий вопрос («ты злишься?»);
- раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);
- обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «Я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»);
- апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).

### **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, перекрещенные 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.

Теперь поблагодарите этот водопад света за то, что он вас так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза».

После этой игры стоит заняться чем-нибудь спокойным.

### **«Театр масок»**

Цель: расслабить мышцы лица, снять мышечное напряжение, усталость.

«Ребята! Мы с вами посетим «Театр Масок». Вы все будете артистами, а я – фотографом. Я буду просить вас изобразить выражение лица различных героев. Например: покажите, как выглядит злая Баба Яга». Дети с помощью мимики и несложных жестов или только с помощью мимики изображают Бабу Ягу. «Хорошо! Здорово! А теперь замрите, фотографирую. Молодцы! Некоторым даже смешно стало. Смеяться можно, но только после того, как кадр отснят.

А теперь изобразите Ворону (из басни «Ворона и Лисица») в тот момент, когда она сжимает в клюве сыр». Дети плотно сжимают челюсти, одновременно вытягивая губы, изображают клюв. «Внимание! Замрите! Снимаю! Спасибо! Молодцы!

А теперь покажите, как испугалась бабушка из сказки «Красная шапочка», когда поняла, что разговаривает не с внучкой, а с Серым Волком». Дети могут широко раскрыть глаза, поднять брови, приоткрыть рот. "Замрите! Спасибо!

А как хитро улыбалась Лиса, когда хотела понравиться колобку? Замрите! Снимаю! Молодцы! Замечательно! Хорошо потрудились!»

### **«Водопад»**

Эта игра на воображение поможет детям расслабиться.

«Сядьте поудобнее и закройте глаза. 2-3 раза глубоко вдохните и выдохните. Представьте себе, что вы стоите возле водопада. Но это не совсем обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представьте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове ... Вы чувствуете, как расслабляется ваш лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи ... Белый свет течет по вашим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными. Белый свет стекает с вашей спины, и вы замечаете, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по вашей груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются, и вы сами собой, без всякого усилия, можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по вашим рукам, по ладоням, по пальцам. Вы замечаете, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к вашим ступням. Вы чувствуете, что и они расслабляются и становятся мягкими. Этот удивительный водопад из белого света обтекает все ваше тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами ... (30 секунд).

### **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 модели неагрессивного поведения.**

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

- нереплексивное слушание (*нереплексивное 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.

#### **ИГРЫ И ИГРОВЫЕ ПРИЕМЫ ПРИ РАБОТЕ С РЕБЁНКОМ, ПРОЯВЛЯЮЩИМ АГРЕССИЮ**

##### ***«Мешочек для криков», «Волшебная труба», «Стаканчик для криков», «Листок гнева»***

Если ребенок возмущен, взволнован, разозлен, словом, просто не в состоянии говорить с вами спокойно, предложите ему воспользоваться «мешочком криков». Договоритесь с ребенком, что пока у него в руках этот мешочек, то он может кричать и визжать в него столько, сколько ему необходимо. Но когда он опустит волшебный мешочек, то

---

\* Средства передачи информации или влияние на индивида без речевых и языковых средств, то есть через образы, интонации, жесты, мимику, пантомимику и т.д. (через «язык тела»).

«Начали» будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали!.. Стоп!»

Этюд может сопровождаться музыкой Н. А. Римского-Корсакова «Пляска скоморохов» из оперы «Снегурочка».

##### ***«Насос и мяч»***

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела.

«Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас – большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом).

Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком «с». С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук «с», он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго «с» выпрямилось туловище, после третьего – у мяча поднимается голова, после четвертого – надулись щеки и даже руки отошли от боков.

Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса ... Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение».

Затем играющие меняются ролями.

11. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
12. Будьте последовательны в воспитании.
13. Старайтесь сделать ребенку как можно меньше замечаний.
14. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
15. Не унижайте ребенка, наказывая его.

### **Игры, используемые в работе с тревожными детьми**

#### ***«Корабль и ветер»***

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно если дети устали.

«Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет корабль. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!»

Упражнение можно повторить 3 раза.

#### ***«Винт»***

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса.

«Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде

будет разговаривать с окружающими спокойным голосом, обсуждая произошедшее.

«Листок гнева» (мешочек для криков, кастрюля, стакан, волшебная труба и т. п.) можно изготовить самим. Если это будет делать сам ребенок, то получится даже двойная проработка его эмоционального состояния. Итак, предложите ребенку представить, как выглядит его гнев: какой он формы, размера, на что или на кого похож. Теперь пусть ребенок изобразит получившийся образ на бумаге. Дальше для расправы с гневом все способы хороши!

#### ***«Тух-тиби-дух» (К. Фопель)***

«Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человеку, стоящему перед вами. В этой игре заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Если же вы находитесь на природе, то можно помочь ребенку, выразить свой гнев и прийти в спокойное состояние, используя свойства воды, глины и песка.

Так, когда ребенок лепит фигурку обидчика из глины, он испытывает ощущение контроля ситуации: он может ее создать, сплющить, растоптать и, при желании, снова восстановить.

Игры с песком также привлекательны для детей своей «обратимостью». Можно глубоко закопать фигурку, символизирующую обидчика или гнев самого ребенка, попрыгать сверху, полить водой, наложить камней, а когда гнев утихнет, ее снова можно откопать, почистить и использовать в других играх.

Кроме того, работа с сыпучим песком и податливой глиной сама по себе успокаивает ребенка, он больше сосредотачивается на своих тактильных ощущениях, переключается с одних внешних раздражителей на другие.

Также хорошо использовать воду для снятия напряженности и агрессивности детей. Кроме отлично действующего в этом случае плавания, можно применять игры с водой. Например, устроить гонки кораблей. Каждый участник должен подгонять свой корабль, дую на него из трубочки и не дотрагиваясь руками. Можно придумать что-то вроде водного бильярда, сбивая плавающие пластмассовые или резиновые шарики с помощью других шаров. Также хороши варианты «водной войны», например обливания из брызгалок, сбивание плавающих кораблей противника струей воды и т. п. Словом, любые интересные занятия с водой годятся для

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

#### **Краткие рекомендации воспитателям по работе 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. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.

## **ПРАВИЛА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ 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 predisполагают».

### **Признаки тревожности:**

#### *Тревожный ребенок*

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 сдерживать слезы.

снижения агрессивности, недаром «ушат холодной воды» издревле считался эффективным способом усмирения разбушевавшихся взрослых. Но при работе с детьми во все «водные процедуры» лучше внести элемент игры.

### **«Знаюки чувств»**

Спросите ребенка, много ли он знает чувств. Если ему кажется, что много, предложите ему сыграть в такую игру. Это будет конкурс знатоков чувств. Возьмите мяч и начните передавать его по кругу (можно играть вдвоем с ребенком или в группе).

Тот, у кого в руках мяч, должен назвать одну эмоцию (положительную или отрицательную) и передать мяч следующему. Повторять сказанное раньше нельзя. Тот, кто не может дать ответ, покидает игру. Оставшийся – самый большой знаток чувств! Можно установить для него какой-нибудь приз.

### **«Слепой и поводырь»**

Эта игра даст ребенку опыт доверия окружающим, а именно этого обычно сильно не хватает агрессивным детям. Для того чтобы начать игру, нужны два человека. Один из них будет слепым – ему завязывают глаза. Второй – его поводырем, старающимся аккуратно и бережно перевести слепого человека через дорогу с оживленным движением.

Это «движение» вы заранее создадите, расставив в комнате стулья и какие-то другие вещи таким образом, чтобы они мешали свободно перейти с одной стороны помеще-

ния на другую. Если есть еще желающие принять участие в игре, то они могут создавать «баррикады» из своих тел, расставив руки и ноги и замерев в любом месте комнаты.

Задача проводника – аккуратно перевести слепого на другую «сторону шоссе» (где это место, договоритесь заранее), оберегая его от столкновений с различными препятствиями. После того как задача будет выполнена, обсудите с ребенком, легко ли ему было в роли слепого, доверял ли он проводнику, его заботе и умению, какие чувства испытывал. В следующий раз пусть он попробует себя в роли проводника – это научит его заботе и вниманию к другому человеку.

Трудным может быть для детей объяснение со «слепым» человеком, так как фразы типа: «А теперь ставь ногу вот сюда» – ему ни о чем не говорят. Обычно ребенок осознает это через какое-то время, и его общение со «слепым» в следующий раз уже будет более эффективным, так что полезно проводить такие игры не по одному разу.

Примечание. В этой игре «проводник» может контактировать со «слепым» разными способами: говорить о том, что нужно делать, или просто вести его за собой, поднимая ногу «слепого» на нужную высоту, чтобы перешагнуть преграду. Можете чередовать эти варианты, введя запрет на один из них, тренируя, таким образом, владение то вербальными (речевыми), то невербальными средствами общения. Если ваш «слепой» норовит самостоятельно пройти весь путь, игнорируя помощь проводника, то в следующий тур постарайтесь ухудшить его ориентацию в пространстве,

узнать «историю» имени каждого ребенка – его происхождение, что оно означает. Кроме этого надо изготовить корону и «Волшебный стул» – он должен быть обязательно высоким. Взрослый проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен, а затем говорит, что будет рассказывать об именах всех детей группы (группа не должна быть более 5-6 человек), причем имена тревожных детей лучше называть в середине игры. Тот, про чье имя рассказывают, становится королем. На протяжении всего рассказа об его имени он сидит на троне в короне.

В конце игры можно предложить детям придумать разные варианты его имени (нежные, ласкательные). Можно также по очереди рассказать что-то хорошее о короле.



- Дети играют во дворе, тебе тоже хочется играть с ними; что нужно делать...

### **ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ДОВЕРИЯ И УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ**

#### **«Гусеница»**

Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

«Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой гусеницей, и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках.

Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту. Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение «живой гусеницы».

#### **«Волшебный стул»**

*(И. В. Шевцова)*

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

В эту игру можно играть с группой детей на протяжении длительного времени. Предварительно взрослый должен

расставив по-другому препятствия и раскрутив на месте ребенка после того, как ему завязали глаза.

#### **«Пилот и диспетчер»**

Узнайте у ребенка, как он представляет себе действия пилота в самолете: с помощью чего он ориентируется в пространстве? Как избегает столкновения с другими самолетами? На что полагается, если плохая видимость? Таким образом, вы неминуемо придете к обсуждению работы диспетчера. Не трудно привести печальные примеры из жизни, когда неверные действия пилота, невнимательность диспетчера или просто их несогласованность в работе приводили к катастрофе. Поэтому бывает очень важно доверять другому человеку и выполнять его рекомендации, если у того информации больше, чем у тебя в данный момент.

Сначала роль пилота будет играть ребенок. Завяжите ему глаза, это означает, что самолет попал в зону плохой видимости. Теперь придется юному пилоту полностью доверить свое благополучие диспетчеру, то есть вам (или другому члену группы, исполняющему эту роль). Как и в предыдущей игре, расставьте в комнате различные преграды. В центре поставьте пилота. Диспетчер должен находиться от него на достаточном расстоянии и управлять действиями самолета «с земли», то есть исключительно словами. Так он может давать пошаговые инструкции типа: «Повернись немного вправо, сделай три небольших шага вперед. Так, еще чуть-чуть продвись вперед. Стоп.» и т. д. Пилот, выполняя указания диспетчера, должен проле-

теть беспрепятственно по комнате до указанного пункта назначения.

Примечание. Эта игра похожа на игру «Слепой и поводырь», но она несколько сложнее по выполнению, потому что помимо доверия ребенка ко второму игроку она предполагает умение ждать, находиться какое-то время в неизвестности. То есть ребенку в процессе игры придется преодолеть свою импульсивность и научиться доверять человеку «на расстоянии», не ощущая рядом «дружеского плеча» и руководствуясь только словесными указаниями.

#### **«Попросись на ночлег»**

Это вариант ролевой игры.

Помогите ребенку представить, что все происходит в прошлом веке, когда не было автомобилей и телефонов, да и гостиницы были далеко не везде. Иногда люди сталкивались с такой проблемой, что им негде переночевать в дороге. Тогда им приходилось проситься на ночлег в частные дома. Хозяин дома мог дать страннику приют или прогнать со своего двора, если у него на то были причины.

Дайте ребенку какие-нибудь атрибуты странника: палку, накидку или заплечный мешок, чтобы ему было легче войти в роль. Дальше вы будете произносить примерно такой текст: «Ты путник. Ты очень устал за целый день пути, а до пункта назначения еще далеко. Стало смеркаться. Накрапывает дождь. Впереди показались огоньки домов – это деревня. Как тебе хочется оказаться в сухом уютном доме, выпить горячего чая и сладко уснуть. Но времена опасные.

сел. В этой игре вариантов может быть великое множество. Все зависит от вашей коллективной фантазии. Самый простой прием для создания комических ситуаций – это если внук о чем-то просит бабушку жестами, а она понимает его неправильно и делает не то. Здесь, разумеется, очень многое зависит от находчивости и артистизма взрослого. Помните: чем больше будет в игре юмора, тем скорее ребенок расслабится и раскрепостится.

#### **«Различная походка»**

*(упражнение для детей 7-10 лет)*

Предложите стеснительному мальчику или девочке ходить как:

- малыш, который недавно встал на ножки и делает свои первые шаги;
- глубокий старик;
- пьяный;
- лев;
- горилла;
- артист на сцене.

Разумеется, вариантов может быть намного больше.

#### **«Разыгрывание ситуаций»**

Для разыгрывания и обсуждения можно предложить ситуации, наиболее сложные для ребенка:

- Ты пришел в новый коллектив, познакомься с детьми ...
- Ты пошел в магазин ...

## **РАСКРЕПОЩАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ДЕТСКОЙ ЗАСТЕНЧИВОСТИ**

### ***«Изобрази животное»***

*(для детей 4-10 лет)*

Эта игра используется многими специалистами. Детей просят пантомимически показать различных зверей и птиц. Тут важно учитывать два момента. Во-первых, надо постараться создать обстановку безудержного веселья, чтобы каждое выступление встречалось взрывом хохота и аплодисментами, а во-вторых, не давать слишком трудных заданий. Попробуйте всякий раз сначала представить себе: а как бы вы сами изобразили то или иное животное? (Например, вы сможете похоже изобразить броненосца или бегемота). Старайтесь выбирать животных с яркими отличительными признаками и легко узнаваемыми повадками. Обязательно обсуждайте потом с детьми, какой характер у показанного животного.

### ***«Разговор с глухой бабушкой»***

*(вариант игры, предложенной М. И. Чистяковой –  
для детей 4-10 лет)*

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой. Она говорит, а он объясняется с ней жестами, потому что бабушка ничего не слышит. Естественно, игра с детьми школьного возраста должна больше усложняться и окрашиваться юмором. Например, изобразить жестами и сами очки и то, что они сломались, так как кто-то по неосторожности на них

Жители стали очень осторожны, они боятся пускать в дом посторонних. Что ж, выбора у тебя нет. Либо ты ночуешь на улице под дождем, либо просишься на ночлег – может быть, кого-то тебе удастся упросить, убедить, уговорить или каким-то другим образом сделать так, что он пустит тебя переночевать».

Во время этой речи юный путник старается изображать то, что вы говорите: он медленно идет, опираясь на палку, ежится от дождя и холода, прикладывает руку к глазам, чтобы рассмотреть деревню, и т. п. Когда вводная часть игры закончена, и ребенок вошел в свою роль, можно переходить к активным действиям.

Пусть остальные члены группы представляют себя жителями деревни, живущими в отдельных домах. Они опасаются проходимцев и преступников или просто не хотят нарушать свой покой, словом, изначально они совершенно не горят желанием приютить странника. Дальше ребенок по очереди будет стучаться в дверь каждому из них и пытаться сказать что-то такое, что заставит хозяина пустить его в дом. Путник может пробовать самые разные варианты: от попыток вызвать жалость до лести или шантажа. Но человек, играющий роль хозяина дома, должен только тогда уступить его просьбам, когда у него действительно возникнет такое желание. Если же слова и действия странника вызвали в нем недовольство, то он может закрыть дверь. Тогда путник идет к следующим домам.

После того как путник обошел все дома (успешно или неуспешно), можно продолжить игру. Наутро жители дерев-

ни собрались все вместе и стали обсуждать произошедшее вчера событие – приход чужака в деревню. Они рассказывали, как он пытался их убедить взять его на ночлег, и что они чувствовали и думали, когда наблюдали за его словами и действиями. То есть все участники садятся рядом и обсуждают свою реакцию на слова путника. Они честно рассказывают, когда они были почти готовы пойти ему навстречу, а когда им хотелось проучить «чужака». После этого совместно с ребенком делается вывод, какая стратегия действий оказалась самой эффективной.

Примечание. Слушая о чувствах, которые вызвало его поведение в душах других людей, ребенок получает «прямую обратную связь», возможность «увидеть» то, что обычно недоступно для наблюдения. Он также учится разбираться в мотивах поведения других людей и законах межличностного общения. С детьми постарше будет интересно обсудить индивидуальные особенности жителей деревни, которые повлияли на то, какой вид просьбы оказался действенным именно для них. Например, один «сдался», когда его удалось разжалобить, а другой только тогда, когда ребенок обратился к его желанию покровительствовать, быть большим, добрым и сильным для кого-то.

подозревающих окружающих в том, что они любят не его самого, а лишь его капиталы).

- Хорошо всегда выигрывать.
- Когда тебе делают замечания, это неприятно.
- Сидеть дома одному скучно.
- Взрослые всегда правы.
- Смотреть телевизор вредно.

### **«Хитроумный спорщик»**

*(для детей 10-14 лет)*

Со старшими детьми можно попробовать усложнить игру «У кого больше доводов?» и попытаться придумать контраргументы к вышеприведенным (и аналогичным им) утверждениям.

Скажем, высказывание «Читать полезно» вовсе не будет восприниматься как аксиома для людей с сильной близорукостью (а еще смотря какие книжки читать, а еще смотря в какое время – чтение в час ночи принесет ребенку больше вреда, чем пользы!).

Ссориться, конечно, плохо, но поссорившись с человеком, который обижал или вас или вашего друга, вы будете чувствовать себя правым.

### **«У кого больше доводов?»**

*(для детей 7-14 лет)*

Ведущий произносит какое-либо утверждение, а игроки его подтверждают. Можно приводить в качестве доводов и какие-то примеры из жизни. (Порой детям так бывает легче). Если в игре примет участие много детей, застенчивый ребенок рискует остаться в тени, поэтому играть стоит втроем, а еще лучше – вдвоем. Заметив, что ребенок затрудняется, тактично помогите ему наводящими вопросами.

Примеры утверждений:

- Читать полезно, (потому что...).
- Ссориться плохо, (потому что...).
- Уроки лучше делать побыстрее.
- Лучше иметь много друзей, чем мало.
- Иметь собаку – это здорово!
- Пятерка лучше четверки.

### **«А это как сказать...»**

*(для детей 10-14лет)*

На сей раз выбираются уже не столь бесспорные утверждения, и игроки должны будут не только подтвердить их, но и опровергнуть.

Например:

- Хорошо иметь кучу денег (кто-нибудь, наверняка, упомянет про воров и мафию, а ребенок постарше, особенно любящий читать, вероятно, вспомнит достаточно распространенный в литературе мотив переживаний богатых людей,

## **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) – неврологическо-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.

---

\* Синдром – система взаимосвязанных в патогенезе симптомов (признаков) болезни, связанных единым происхождением.

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.

И не забывайте говорить ребенку, как вы его любите.

#### **Общие правила работы с гиперактивными 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.

#### **ИГРЫ ПРИ РАБОТЕ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ**

##### ***«Опаздывающее зеркало»***

*(подходит для детей 8-14 лет)*

Играющие рассаживаются в круг. Им нужно представить себе, что они прихорашиваются перед зеркалом. Сделали одно движение – задержались на секунду, посмотрели в зеркало. Другое движение – пауза, третье – пауза. Сосед слева должен повторять движение ведущего, но только тогда, когда он начнет второе движение. Третий слева тоже будет повторять это, но с опозданием уже на два шага (т.е. когда его правый сосед начнет воспроизводить второе движение ведущего, а сам ведущий сделает уже третье движение). Таким образом, последний игрок должен будет держать в уме достаточно много предыдущих движений, поэтому детям лет 8-9 не следует играть в большом составе, им такая нагрузка не под силу.

##### ***«Пишущая машинка»***

*(для детей 6-14 лет)*

Взрослый ведущий распределяет между детьми буквы алфавита. Затем ведущий произносит какое-то слово, а игроки «распечатывают» его на «пишущей машинке»: сначала первая «буква» хлопает в ладоши, потом вторая и т.д. Если дети маленькие и их немного, распределите не все, а несколько букв, и складывайте из них коротенькие слова.

- мент»), самовыразиться в какой-то роли (например, мысленно превратиться в другого человека, поговорить чужим голосом, придумать ситуации и проиграть поступки, не свойственные ребенку).
13. Обучайте ребенка навыкам общения, расширяйте круг его знакомств.
  14. Не позволяйте никому насмехаться над ребенком; помогите найти друга, который защищал бы и поддерживал его уверенность в себе.
  15. Помогите найти сильные стороны личности ребенка, найти то, в чем он превосходит сверстников и научите пользоваться своими достоинствами.
  16. Старайтесь, чтобы ребенок чаще высказывал свое мнение, выражал несогласие с вами (ты можешь смело высказать свое мнение, у тебя может быть своя точка зрения, ты можешь думать, не как все).
  17. Приучайте ребенка к ответственности за свои поступки и принятию решений.
  18. Научите ребенка спокойно относиться к своим ошибкам (ошибаются все, даже взрослые, и это нормально).
  19. Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах (у тебя получится, ты ведь такой умный; я в тебя верю).

4. Чем более драматичен, экспрессивен\*, театрален педагог, тем легче он справляется с проблемами гиперактивного ребенка, которого влечет все неизведанное и новое.
5. Гиперактивному ребенку трудно одновременно выполнять работу и следить за аккуратностью. Поэтому в начале работы педагог может понизить требовательность к аккуратности выполнения. Это позволит сформировать у ребенка чувство успеха (а как следствие – повысить мотивацию). Детям необходимо получать удовольствие от выполнения задания, у них должна повышаться самооценка.
6. Использовать тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания); обнять ребенка в трудной ситуации, прижать к себе, успокоить.
7. Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
8. Давать короткие, четкие и конкретные инструкции. Лучше определить для ребенка круг обязанностей, а их исполнение держать под постоянным наблюдением и контролем, но не слишком жестко.
9. Поощрять ребенка сразу же, не откладывая на будущее. Такие дети гораздо более чувствительны к похвале, чем другие. Система поощрений и наказаний долж-

---

\* Экспрессия [лат. expressio – выражение] – выразительность, сила проявления чувств, переживаний. Экспрессия – это внешнее «Я» личности.

- на быть достаточно гибкой. Поощрения должны поступать моментально и повторяться через 15-20 минут. Но ребенок должен понимать, за что его поощряют.
10. Предоставлять ребенку возможность выбора.
  11. Оставаться спокойным. Быть терпеливым. Нет хладнокровия – нет преимущества!
  12. По возможности, исключить слова «нет», «нельзя», «не трогай», «запрещаю»; чаще хвалить, одобрять. Прежде, чем сделать замечание или запрет, необходимо подумать, насколько это будет обоснованно. Если запретов будет слишком много, они потеряют свою эффективность.
  13. Строить взаимоотношения на фундаменте согласия и взаимопонимания: объяснять, почему нельзя, вредно, опасно.
  14. За любой вид деятельности, требующий от ребенка концентрации внимания должно обязательно следовать поощрение: маленький подарок, доброе слово.
  15. Если у ребенка высока потребность в двигательной активности, нет смысла ее подавлять. Лучше попытаться научить его выплескивать энергию приемлемыми способами: занимаясь плаванием, танцами, футболом и т. д. Они позволяют сбросить избыток энергии. Но опять-таки в меру, чтобы ребенок не устал, не переутомился.
  16. Не ожидайте всего и сразу. Гиперактивный ребенок физически не может длительное время внимательно слушать, спокойно сидеть и сдерживать свои импульсы. Сначала желательно обеспечить тренировку одной функции.

### **Рекомендации родителям и педагогам при работе с застенчивым ребенком**

1. Лишний раз не демонстрируйте свою склонность к беспокойству и сомнениям, но и не стремитесь оберегать его от всевозможных опасностей.
2. Старайтесь чаще быть примером уверенного, гибкого и контактного поведения.
3. Не читайте постоянно мораль о должном поведении и не стыдите по любому поводу.
4. Повысьте уровень самооценки: меньше ругайте за неудачи, не критикуйте при посторонних (чужих) людях, не сравнивайте с другими детьми.
5. Принимайте ребенка со всеми достоинствами и недостатками, любите его как данность.
6. Научитесь понимать ребенка и сопереживать ему, создайте атмосферу доверия.
7. Проявляйте неподдельность и естественность в выражении своих чувств.
8. Чаще хвалите ребенка.
9. Заранее обыграйте ситуации, при которых ребенок особенно стесняется.
10. Создавайте ситуации успеха, ставьте перед ребенком задачи, которые он может решить.
11. Изменяйте не ребенка, а его поведение, обучая необходимым социальным навыкам.
12. Понижайте тревожность всеми возможными способами: упражнения на расслабление; используйте игры, помогающие раскрыть положительное качество («Компли-



## **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ**

Под **застенчивостью** понимается комплексное состояние, включающее в себя неловкость, стеснительность, неуверенность в себе, робость, отсутствие непринужденности общения.

Только застенчивый может знать, насколько порой это качество мешает и расстраивает! Ты неловко чувствуешь себя в компаниях, боишься вступить в разговор, не можешь подобрать нужных слов...

У каждого робость проявляется по-своему: кто-то краснеет, кто-то не может взглянуть в глаза собеседнику, кто-то теряет дар речи. Иногда от застенчивости бросает в дрожь, пульс учащается, и сердце готово выпрыгнуть из груди.

От застенчивости страдают, прежде всего, те, кто больше всего в жизни боится неуспеха. «Лучше ничего не сделать, чем сделать неправильно» – вот что движет любым застенчивым человеком, даже если он сам себе в этом и не признается.

Застенчивые люди во всем сомневаются, и в себе в первую очередь. Им очень сложно сделать выбор, потому что ими владеет страх: «Как бы я ни поступил, это будет неверно».

17. Если ребенок не работает продуктивно, не надо его заставлять, разумнее переключить его на другой вид деятельности. А если ребенок в состоянии будет продолжить это задание, можно разрешить ему вернуться к нему.

### **«Скорая помощь»**

#### **при работе с гиперактивным ребенком**

- Отвлечь ребенка.
- Поддерживать четкий распорядок дня.
- Предложить выбор (другую возможную в данный момент деятельность).
- Задать неожиданный вопрос.
- Отреагировать неожиданным для ребенка образом (пошутить, повторить действия ребенка).
- Не запрещать действие ребенка в категоричной форме.
- Не приказывать, а просить (но не заискивать).
- Выслушать то, что хочет сказать ребенок (в противном случае он не услышит вас).
- Автоматически, одними и теми же словами повторять многократно свою просьбу (нейтральным тоном).
- Сфотографировать ребенка или подвести его к зеркалу в тот момент, когда он капризничает.
- Оставить в комнате, в помещении одного (если это безопасно для его здоровья).
- Не настаивать на том, чтобы ребенок во что бы то ни стало принес извинения.

## **Игры, используемые для работы с гипердинамичными детьми**

### **«Последний из могикан»**

Эту игру хорошо проводить после рассказа об индейцах, а еще лучше после того, как ребенок посмотрел фильм или прочитал книгу об индейцах. Обсудите основные характеристики индейцев: близость к природе, умение слышать и видеть все, что происходит вокруг. Особенно внимательны должны быть индейцы, отправившиеся на охоту или «откопавшие топор войны». От того, заметят ли они вовремя различные шумы, может зависеть их благополучие. Теперь, когда игровая мотивация создана, предложите ребенку побыть таким индейцем. Пусть он закроет глаза и постарается услышать все звуки в комнате и за ее пределами. Спросите его о происхождении этих звуков.

Примечание. Чтобы было интереснее, можно специально организовать некоторые шумы и звуки. Постучите по различным предметам в комнате, хлопните дверью, пошуршите газетой и т. д.

### **«Лови – не лови»**

Правила этой игры похожи на всем известный способ играть в «Съедобное – несъедобное». Только условие, когда ребенок ловит мяч, а когда нет, может меняться в каждом коне игры. Например, сейчас вы договариваетесь с ним, что если водящий бросает мяч, произносится слово, относящееся к растениям, то игрок ловит его. Если же слово

продолжит, и так до 5. Пятый участник молча хлопает в ладоши 5 раз. Шестой говорит «шесть» и так до 10. Потом все сначала. Игра идет в быстром темпе.

*Вариации:* Можно проводить со словами, цветами, именами и так далее.

### **«День и ночь»**

Когда взрослый говорит: «День» – дети играют, бегают, делают, что хотят. Когда взрослый говорит: «Ночь» – дети ложатся на ковер и отдыхают. Игра повторяется несколько раз.

*Другие игры, которые можно использовать при работе с импульсивными детьми, смотрите в блоках «Гиперактивные дети», «Тревожные дети».*

- и сразу, не откладывая на будущее, когда он пытался сдержаться.
3. Старайтесь давать ребенку короткие, четкие и конкретные инструкции.
  4. Постарайтесь заранее обсудить с ребенком правила поведения в той или иной ситуации.
  5. Чаще предоставляйте ребенку право выбора, при этом он должен объяснить, чем обусловлен его выбор. Необходимость объяснять причину своих поступков поможет ребенку лучше осознавать их, а значит, контролировать свое поведение.
  6. Используйте упражнения для развития самоконтроля и саморегуляции.
  7. Воспитывайте и предоставляйте ребенку самостоятельность.
  8. И, наконец, самый главный совет. Общаясь с импульсивным ребенком, сохраняйте спокойствие. Помните, что ребенку передается ваше возбуждение.

### **Игры, используемые при взаимодействии с импульсивными детьми**

#### ***«Запрещенный номер»***

Дети вместе с учителем становятся в кружок. Выбирается цифра, которую нельзя произносить. Вместо нее игрок должен хлопать в ладоши. Например, запрещена цифра 5. Начинается игра. Первый участник скажет 1, следующий

не является растением, то отбивает мяч. Например, один кон игры мог бы называться «Мебель – не мебель». Аналогично можно использовать и такие варианты, как «Рыба – не рыба», «Транспорт – не транспорт», «Летает – не летает» и множество других. Количество выбираемых условий игры зависит только от вашей фантазии. Если она вдруг иссякнет, предложите ребенку самому выбрать условие игры, то есть категорию слов, которые он будет ловить. Дети иногда дают совершенно свежие и творческие идеи!

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

#### ***«Дрессированная муха»***

Для этой игры вам потребуется взять лист бумаги и расчертить его на 16 клеток (квадрат из четырех клеток по вертикали и четырех по горизонтали). Изображение мухи можно сделать самим на отдельном маленьком листке или взять пуговку (игровую фишку), которая будет просто символизировать это насекомое. Вы также можете воспользоваться нашим бланком, правда, на нем вместо мухи изображена божья коровка, и вам в любом случае понадобится какая-нибудь фишка, которую можно будет потом передвигать по полю.

Поместите вашу «муху» на какую-либо клетку игрового поля (на нашем бланке начальное положение насекомого задано рисунком). Теперь вы будете ей приказывать, на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Ребенок должен представить себе мысленно эти передвижения. После того как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна клеточка вверх, две вправо, одна вниз), попросите ребёнка показать то место, где теперь должна быть хорошо дрессированная муха. Если место указано верно, то передвиньте муху на соответствующую клеточку. Продолжайте быть «повелителем мух».

Примечание. Если, следя мысленным взором за движениями мухи, ваш ребенок увидит, что она, выполняя ваши инструкции, выползла за пределы клеточного поля, то пусть он немедленно даст вам знать об этом. Договоритесь, каким образом он может это сделать: кому-то достаточно встать с места или поднять руку, а кто-то предпочитает более выразительные действия, например, вскрикнуть или подпрыгнуть, что помогает снять напряжение и усталость от пристального внимания.

### **«Солдат и тряпичная кукла»**

Самый простой и надежный способ научить детей расслабляться – это обучить их чередованию сильного напряжения мышц и следующего за ним расслабления. Поэтому эта игра поможет вам это сделать в игровой форме. Итак, предложите ребенку представить, что он солдат. Вспомните вместе с ним, как нужно стоять на плацу, – вытянувшись

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ИМПУЛЬСИВНЫМИ ДЕТЬМИ**

**Импульсивность** – особенность поведения, которая заключается в действиях по первому побуждению, под влиянием внешних случайных обстоятельств или сильных эмоций. В устойчивых формах представляет собой черту характера. Импульсивный человек не обдумывает свои поступки – он реагирует быстро, непосредственно (нередко – на малозначимые, вторичные факторы) и часто столь же быстро раскаивается в своих действиях.

### **Советы по взаимодействию с импульсивным ребенком**

1. Прежде всего, определите условия, которые оказывают на ребенка наиболее неблагоприятное возбуждающее воздействие. Постарайтесь лишней раз не подвергать ребенка воздействию таких условий.
2. Введите в его деятельность различные игры, во время которых он может учиться сдерживаться и регулировать свою деятельность. Это могут быть как подвижные игры, так и учебные, например, такие, как «Говори – не говори» по команде, «Запрещенное движение», «Запрещенный номер», «День и ночь», «Съедобное – несъедобное» и другие игры (можно использовать те, которые в памятках по взаимодействию с гиперактивными и тревожными детьми). Поощряйте его во всех случаях

рукой, которая привязана к партнеру. Дайте детям карандаши или фломастеры разного цвета, по одному в несвободную руку. Тему рисунка задайте сами или предложите выбрать детям.

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

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

в струнку и замерев. Пусть игрок изобразит такого военного, как только вы скажете слово «солдат». После того как ребенок постоит в такой напряженной позе, произнесите другую команду – «тряпичная кукла». Выполняя ее, ребенок должен максимально расслабиться, слегка наклониться вперед так, чтобы его руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите и ему представить, что все его тело мягкое, податливое. Затем игрок снова должен стать солдатом и т. д.

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

### **«Замри»**

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

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

Примечание. В эту игру особенно весело играть на детском празднике. Воспользуйтесь этим, чтобы потренировать ребенка и одновременно создать атмосферу раскованности, так как дети часто стесняются танцевать по-серьезному, а вы им предлагаете сделать это в игре, как бы в шутку.

Можно внести и соревновательный мотив: те, кто не успел застыть после окончания музыки, выбывают из игры или подвергаются каким-то шуточным наказаниям (например, сказать комплимент соседу).

### **«Царевна Несмеяна»**

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

Вспомните такой мультипликационный персонаж, как царевна Несмеяна. Развеселить ее было практически нереально, она ни на кого не обращала внимания и лила слезы день и ночь. Сейчас ребенок будет такой царевной. Плакать, конечно, не стоит, но смеяться ему строго-настрого запрещается (иначе, какая же это Несмеяна?). В том же мультфильме, как известно, был обеспокоенный отец, обещавший царевну в жены и полцарства в придачу тому, кто ее развеселит. Такими потенциальными женихами, охочими до царской казны, могут выступать другие дети. Они окружают царевну (которую может играть как мальчик, так и девочка) и пытаются всеми силами заставить ее улыбнуться. Тот, кто в этом деле окажется успешным настолько, что вызовет у Несмеяны широкую улыбку (видны будут зубы), считается выигравшим этот конкурс женихов. В следующем туре этот человек меняется с царевной местами.

Примечание. Лучше устанавливать некоторые ограничения среди «женихов» (они не имеют права дотрагиваться

до царевны) и для Несмеяны (она не должна отворачиваться или закрывать глаза или уши).

### **«Сиамские близнецы»**

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

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

Возьмите тонкий шарф или платок и свяжите им руки детей, стоящих рядом друг с другом лицом к вам. Оставьте свободными кисти рук, детям они понадобятся. Теперь расскажите игрокам, что им предстоит нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только той