

Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр детско-юношеского творчества»

*Лекции для родителей*  
*«Работа с родителями детей, требующих особого*  
*внимания в студиях и объединениях ЦДЮТ»*

Составитель:  
ПДО Шакирянова Л.И.

г.Альметьевск, 2018 год

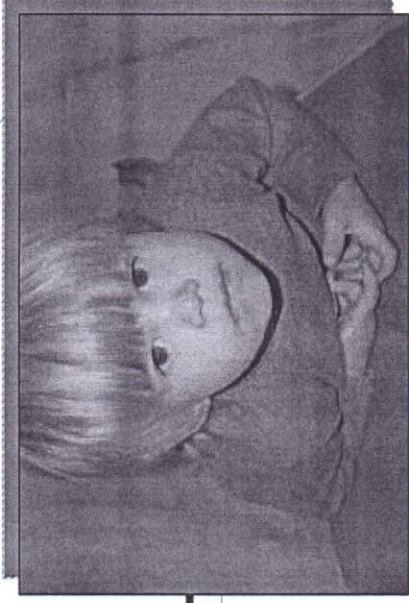
МБУ ДО «Центр детско-юношеского творчества»

Работа с родителями детей,  
требующих особого внимания в  
студиях ЦДНЮТ

Педагог-психолог:  
Шакирянова Л.И.

# Тревожность

- **Тревожность - 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.**
- **На психологическом уровне тревожность ощущается как напряжение, озабоченность, беспокойство, нервозность и переживается в виде чувств неопределенности, беспомощности бессилия, незащищенности, одиночества, грозящей неудачи, невозможности принять решение.**
- Тревожность как определенный эмоциональный настрой с преобладанием чувства беспокойства и боязни сделать что-либо не то, не так, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам развивается ближе к 7 и особенно 8 годам при большом количестве неразрешимых и идущих из более раннего возраста страхов.
- Главным источником тревог для дошкольников и оказывается семья.
- У младших дошкольников и подростков роль семьи значительно уменьшается; зато вдвое возрастает роль школы





- Следует отличать **тревогу от тревожности**. Если тревога - это эпизодические проявления беспокойства, волнения ребенка, то тревожность является устойчивым состоянием.



● ~~Тревожность не связана с какой-либо~~ определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности

- Если у ребенка усиливается тревожность, появляются страхи - неременный спутник тревожности, то могут развиться невротические черты.
- Неуверенность в себе, как черта характера - это самоуничтожительная установка на себя, на свои силы и возможности.
- Тревожность как черта характера - это пессимистическая установка на жизнь, когда она представляется как преисполненная угроз и опасностей.
- Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, а они, в свою очередь, формируют соответствующий характер.

(В.И.Гарбузов 1990)





## ТРЕВОЖНОСТЬ ВЛИЯЕТ НА ~~ВСЕ СФЕРЫ ПСИХИКИ~~

- Аффективно-эмоциональную, коммуникативную, морально-волевую, когнитивную.
- Дети с повышенной тревожностью относятся к группам риска по неврозам, асоциальному поведению, эмоциональным нарушениям личности.



# Признаки тревожности:

## • Тревожный ребенок

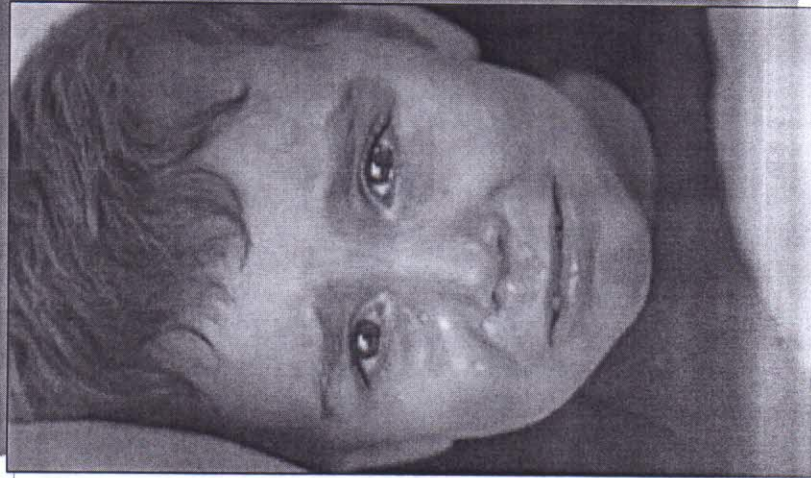
1. Не может долго работать, не уставая.
2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.
3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.
4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.
5. Смущается чаще других.
6. Часто говорит о напряженных ситуациях.
7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.
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 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.

• Суммируйте количество "плюсов", чтобы получить общий балл тревожности.

• Высокая тревожность - 15-20 баллов.

Средняя - 7-14 баллов.

Нижняя - 1-6 баллов.

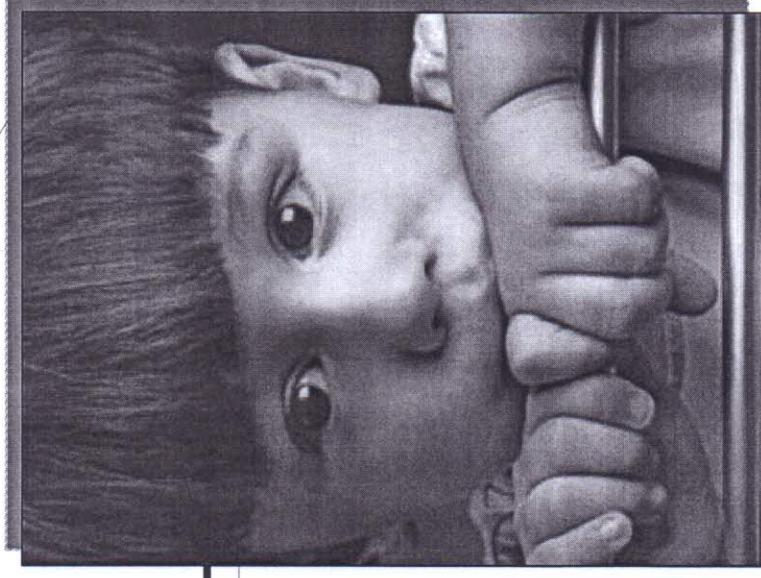




- **Интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у**

мальчиков и девочек различны.

- В дошкольном и школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки.
- Девочки чаще связывают свою тревогу с другими людьми. Девочки боятся так называемых "опасных людей" - пьяниц, хулиганов и т.д.
- Мальчики же, боясь физических травм, несчастных случаев, а также наказаний, боятся родителей или воспитателей.





# Формы тревожности

## Открытые

острая, нерегулируемая

тревожность;

сильное чувство

страха, которое

не поддается

## Закрытые

«маски».

: агрессивность

зависимость; апатия;

жизнь; лень;

чувств.

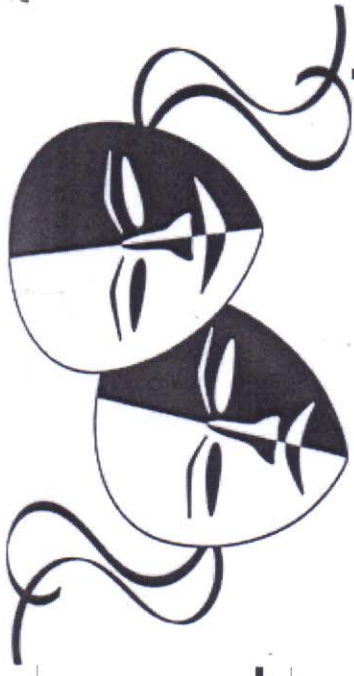


# Маска агрессии

~~Неуверенный, тревожный человек всегда~~

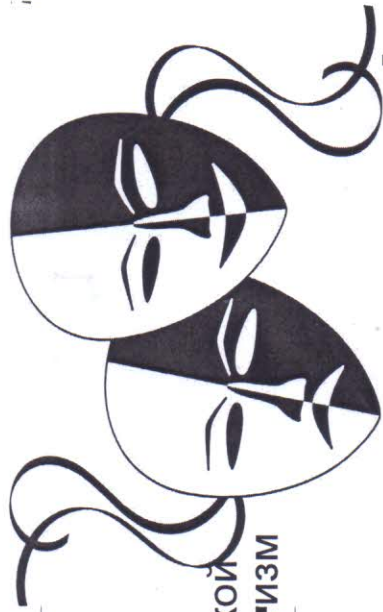
мнителен, а мнительность порождает недоверие к другим. Такой ребенок опасается других, ждет нападения, насмешки, обиды. Он не справляется с задачей с делом и это способствует образованию реакций психологической защиты в виде агрессии, направленной на других.

- Тревожный ребенок чтобы не встречаться со своими страхами пугает других своим агрессивным видом.
- Маска агрессии тщательно скрывает тревогу не только от окружающих, но и от самого ребенка. Тем не менее, в глубине души у них - все та же тревожность, растерянность и неуверенность, отсутствие твердой опоры.

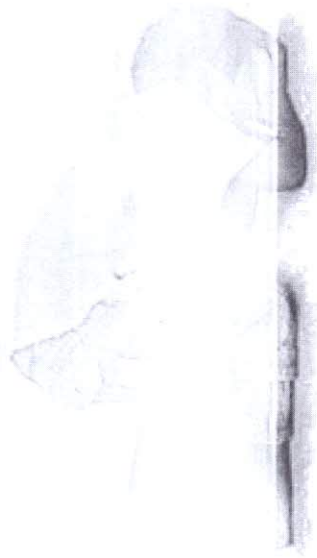




# Маска одиночества



- Реакция психологической защиты выражается в отказе от общения и избегания лиц, от которых исходит "угроза". Такой ~~ребенок одинок, замкнут, малоактивен. Крайняя форма аутизм~~
- Мир не то место где можно открыться, проявить себя и ребенок предпочитает полностью закрыться.
- Психологическую защиту "уходя в мир фантазий". В фантазиях ребенок разрешает свои неразрешимые конфликты, в мечтах находит удовлетворение его неоплаченные потребности.
- Фантазии - одно из замечательных качеств, присущих детям для нормальных фантазий (конструктивных фантазий) характерна их постоянная связь с реальностью. С одной стороны, реальные события жизни ребенка дают толчок его воображению (фантазии как бы продолжают жизнь); с другой стороны - сами фантазии влияют на реальность - ребенок испытывает желание воплотить свои мечты в жизнь.
- Фантазии тревожных детей лишены этих свойств. Мечта не продолжает жизнь, а скорее противопоставляет себя жизни. Этот же отрыв от реальности и в самом содержании тревожных фантазий, которые не имеют ничего общего с фактическими возможностями с фактическими возможностями и способностями, перспективами развития ребенка. Такие дети мечтают вовсе не о том, к чему действительно лежит у них душа, в чем они на самом деле могли бы проявить себя.





## — БОЯЗНЬ

### Неудачи

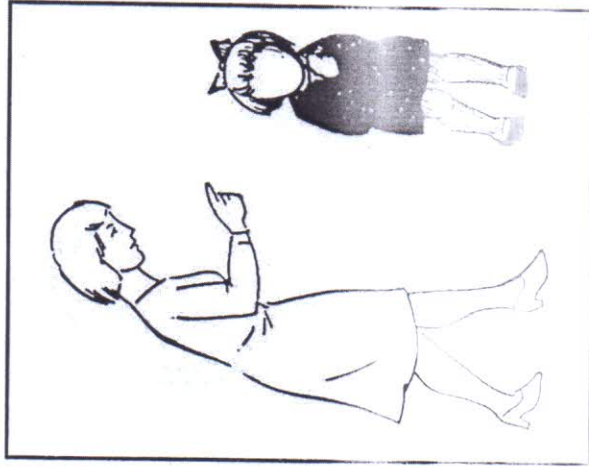
- Обычно это очень не уверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу. Будучи послушными, предпочитают не обращать на себя внимание окружающих, ведут себя примерно и дома, и в детском саду, стараются точно выполнять требования родителей и воспитателей - не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако их примерность, аккуратность, дисциплинированность носят защитный характер - ребенок делает все, чтобы избежать неудачи.



# Диагностика

- Тест детской тревожности  
Темпл, Дорки, Амен

8





# Тревожности

- **Завышенные требования родителей.**
- **завышенные требования со стороны родителей и воспитателей, так как они вызывают ситуацию хронической неуспешности.**
- **Частые упреки, вызывающие чувство вины ("Ты так плохо вел себя, что у мамы заболела голова", "Из-за твоего поведения мы с мамой часто ссоримся"). В этом случае ребенок постоянно боится оказаться виноватым перед родителями.**
- **Сдержанность родителей в выражении чувств при наличии многочисленных предостережений, опасностей и тревог.**
- **Излишняя строгость родителей также способствует появлению страхов.**

Часто, не задумываясь, родители енушают детям страхи своими никогда не реализуемыми угрозами вроде: "Заберет тебя дядя в магазин", "Уведу от тебя" и т. д.

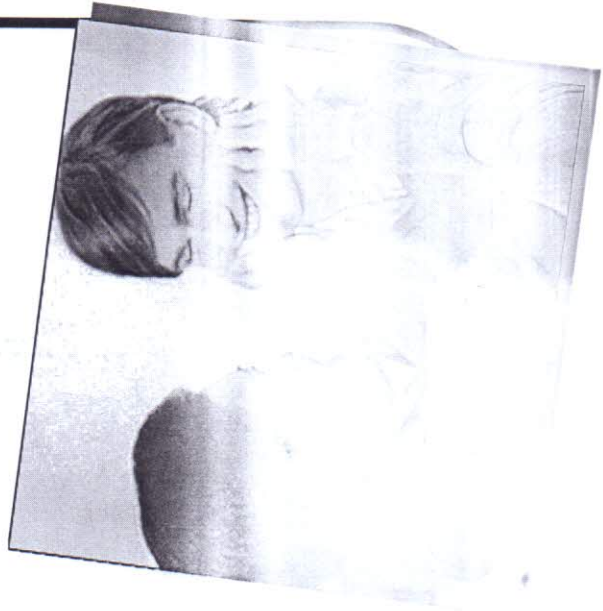


- **Чрезмерная забота**

- Если родители осуществляют воспитание по типу гиперпротекции (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание). В этом случае общение взрослого с ребенком носит авторитарный характер.



- Ребенок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах, он постоянно боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он делает, что-то не так, т.е.



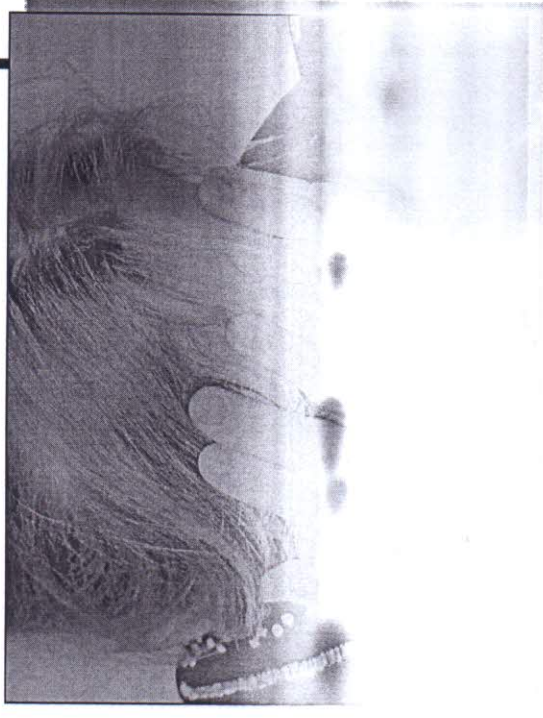
испытывает чувство тревоги, которое может перерасти в страх, неуверенность в себе, застенчивость.



### ● **Симбиотическое воспитание.**

- Воспитание по типу гиперопеки, может сочетаться с симбиотическим, т.е. крайне близкими отношениями ребенка с одним из родителей, обычно с матерью. В этом случае общение взрослого с ребенком может быть как авторитарным, так и демократичным (взрослый не диктует ребенку свои требования, а советуется с ним, интересуется его мнением). К
- Установлению подобных отношений с ребенком склонны родители с определенными характеристиками особенностями - тревожные, мнительные, неуверенные в себе.
- Установив тесный эмоциональный контакт с ребенком, такой родитель заражает своими страхами сына или дочь, т.е. способствует формированию тревожности.

Например, существует зависимость между количеством страхов у детей и родителей, особенно матерей. В большинстве случаев





# Страхи

- Новорожденные пугаются резких звуков, приближения больших предметов.
- **В 7 месяцев ребенок проявляет сильное беспокойство при долгом отсутствии матери.** Подобный страх максимально выражается у девочек до 2,5 лет и у мальчиков до 3х лет.



**В 8 месяцев появляется страх перед незнакомыми людьми, особенно женщинами, не похожими на мать.** Обычно этот страх проходит к середине 2-го года жизни при отсутствии неблагоприятных факторов (помещение в больницу, падение, болезненные процедуры, т.д.).

**2 года – боязнь неожиданного появления незнакомого резкого звука, боли, высоты, одиночества,** может возникнуть страх перед животными, движущимся транспортом. Чаще всего малыш этого возраста боится темноты.

**В 3-5 лет часто встречается отмеченная нами триада страхов: одиночества, темноты и замкнутого пространства.** Ребенок не остается один при засыпании, постоянно зовет мать, в комнате должен гореть свет (ночник) и необходимо, чтобы дверь была полуоткрыта. При невыполнении хотя бы одного из этих условий беспокойство сохраняется, и сон не наступает. Волнение может проявиться и в связи с ожиданием страшных (кошмарных) снов. От трех до пяти лет многие дети боятся сказочных персонажей (чаще Бабу Ягу, Кощея, воображаемых «чудовищ»), боли, неожиданных звуков, воды, транспорта, одиночества, темноты и замкнутого пространства. Особенно часто последние страхи встречаются у детей, чьи родители беспокойны и в то же время излишне принципиальны.

**В 6 лет иногда появляется страх смерти (своей и родителей),** он проявляется на прямо, а в боязни нападений, пожаров, стихии.

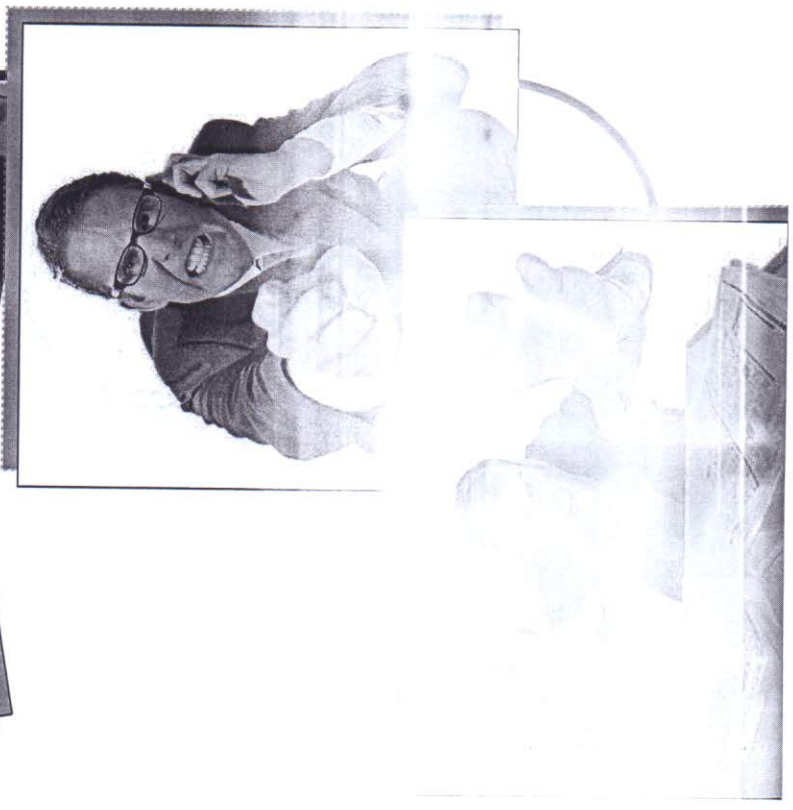
- Дошкольники чувствительно реагируют на конфликты в семье, это усиливает страхи. Страхи часто проявляются при хирургических операциях у детей, при заблуждении кого-то из взрослых в семье.





# Страх

- Запрещался страх – гнев
- Родители высмеивают ребенка в момент переживания этих чувств - мальчики не боятся. мальчики не плачут, что ты нюни распустил, как девчонка.
- Страх показывать стыдно и чтобы справиться со своим страхом - ребенок кричит гневается.



Взрослый человек стыдится своей слабости, чтобы справиться от себя со страхом, всю жизнь старается не кричать, он не плачет - дрожит.

# Терапевтические сказки

~~Жила, была девочка (мальчик) очень похожая на тебя~~

Дальше вы рассказываете о ребенке схожего возраста, внешне, похожего на вашего сына (дочь). В этом возрасте им интересно слушать, только о себе, или о похожих на себя детях.

И рассказываете как он справился со своей проблемой (боязнь темноты, грома, уколов и др.) Естественно – это должна быть проблема вашего ребенка. Рассказывать надо эмоционально, постоянно поддерживая интерес в ребенке.  
Притча





# Направления работы с тревожным ребенком



Обучение ребенка

Снятие

# Повышение самооценки.



- Конечно же, повесить самооценку ребенка за короткое время невозможно. Необходимо ежедневно проводить целенаправленную работу. Обращайтесь к ребенку по имени, хвалите его даже за незначительные успехи, отмечайте их в присутствии других детей. Однако ваша похвала должна быть искренней, потому что дети остро реагируют на фальшь. Причем ребенок обязательно должен





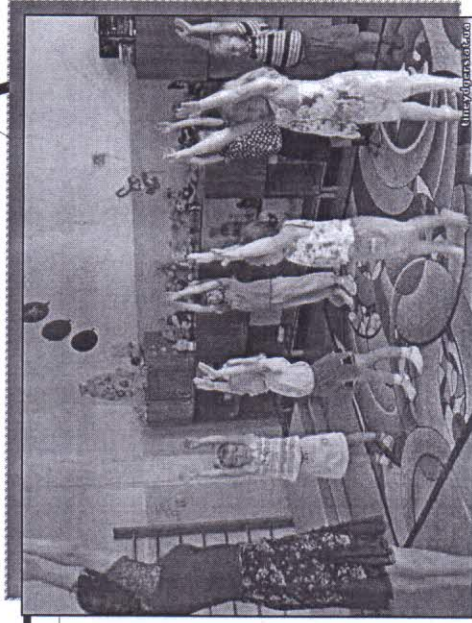
# Обучение детей умению управлять своим поведением

● Как правило, тревожные дети не сообщают о своих проблемах открыто, а иногда даже скрывают их.

Поэтому если ребенок заявляет взрослому, что он ничего не боится, это не означает, что его слова соответствуют действительности. Скорее всего, это и есть проявление тревожности, в которой ребенок не может или не хочет признаться.

● В этом случае желательно привлечь ребенка к совместному обсуждению проблемы. Можно поговорить с детьми, сидя в кругу, об их чувствах и переживаниях в волнующих их ситуациях. А можно на примерах литературных произведений показать детям, что смелый человек - это не тот, кто ничего не боится (таких людей нет на свете), а тот, кто умеет преодолеть свой страх.

● Желательно, чтобы каждый ребенок сказал вслух о том, чего он боится. Можно предложить детям нарисовать свои страхи, а потом в кругу, показав рисунок, рассказать о нем. Подобные беседы помогут



тревожным детям справиться с тем, что мешает им свободно жить.

Учебное пособие для родителей и педагогов  
© 2000 г. 100 стр. 10 руб.

# напряжения.

Желательно при работе с

тревожными детьми использовать игры на телесный контакт. Снятие мышечных зажимов.

Очень полезны упражнения на релаксацию, техника глубокого дыхания, занятия йогой, массаж и просто растирания тела.

Ласковые прикосновения помогают тревожному



предательства.





# Как надо общаться с детьми

Все замечания и поучения надо делать из позиции я – сообщений.

- я – сообщения - берем ответственность на себя, говорим о своих чувствах (я чувствую то - то и то - то , когда ты... - и мы описываем поведение ребенка, не сгущая краски. Мне хотелось бы, что бы ты... и описываем желаемый результат



**ты - сообщения перекладываем  
ответственность на ребенка  
обвиняя его и унижая.** (Посмотри на  
себя, на кого ты похож. Вечно ты так.  
Прекрати так делать.)

...я - сообщения - берем ответственность на себя, говорим о своих чувствах (я чувствую то - то и то - то , когда ты... - и мы описываем поведение ребенка, не сгущая краски. Мне хотелось бы, что бы ты... и описываем желаемый результат