

**Консультация для воспитателей  
педагога-психолога Кубрак О.В.**

**«Как найти подход к протестующему ребёнку»**

Случается ли у маленького ребёнка кризис? Как он проявляется?

1. **Истеричностью**, бурным проявлением отрицательных эмоций. Самая частая ситуация в этом возрасте - истерика. Поводы могут быть совершенно разными и, казалось бы, безосновательными. Борьба с таким доводом как слезы трудно, особенно если ребенок падает на пол, и что-то требует. Важно понимать, что это временно! Дети часто устраивают такие концерты особенно в людных местах и нужно знать, как правильно действовать.

Главное - успокоиться! Если вы подходите к такому воспитательному моменту эмоционально, считайте, что вы проиграли, и в следующий раз истерика будет еще громче. Ребенок испытывает вас на прочность. В таком случае вам нужно опуститься к уровню глаз ребенка и спокойно сказать то, чего никак не ожидает он: "Малыш, когда ты так орешь, у меня в ушах свистит миллион громких свистков!" или "Во время такого крика с крыши магазина улетели все слоны". Это переключит внимание ребенка с истерики на заинтересовавший его предмет, и конфликт будет исчерпан!

2. **Переборчивостью**. В период кризиса многие дети часто превращаются в "малышей-наоборот". Они могут говорить на черное - белое, что днем темно... и, если вы пытаетесь его переубедить, показываете какую-то эмоцию - это поведение закрепляется. Малыш теперь знает, где у вас "кнопка", и будет на нее нажимать (манипулировать вами). Чтобы этого не происходило, поиграйте с ним в игру "наоборот" - скажите "ни в коем случае не переодевай ботиночки", "не в коем случае не мой руки" (конечно, мы предупреждаем ребенка, что это игра).

3. **Негативизмом**. Если на все ваши предложения вы слышите короткое "НЕТ", знайте, что в ребенке уже зреет маленькая независимая личность. Это вариант уже известного нам "я сам". Конечно, со всеми этими "нет" очень сложно справиться, есть большое искушение их подавить, настоять на своем. Но подавленный ребенок зачастую становится бунтарем. Поэтому нужно научиться договариваться. Если на ваш взгляд ребенок ведёт себя неправильно, лучше будет, если вы скажете: "Мне неприятно, когда ты так со мной разговариваешь". Когда мы говорим о своих чувствах, мы сами успокаиваемся, и даем ребенку новую модель поведения.

4. **Упрямством.** Малыш настаивает на чем-то не потому, что ему просто хочется, а потому, что он уже сказал и не хочет отказываться от своих слов. И теперь отступить некуда, ведь с его мнением должны считаться. Но не обижайтесь и не злитесь на него. А лучше сбалансируйте ласку и строгость. Можно попробовать договориться с ребенком о том, что он выполнит, то что вы от него просите, а взамен предложить ему новую интересную игру.
5. **Манерностью.** Ребенок 6-7 уже не дошкольник, но еще не школьник. Вдруг исчезают наивность и непосредственность. Он начинает манерничать, капризничать, ходить не так, как ходил раньше. В поведении появляется что-то нарочитое, нелепое и искусственное, какая-то вертлявость и паясничество. Такой ребенок утверждает себя в новой роли, агрессивно реагируя на окружающих и опеку с их стороны.

Спокойно реагируйте на такие превращения, даже если они вам не по душе. Не пытайтесь "сломать" ребенка, а просто расскажите, что таким, как он был раньше, он вам нравился гораздо больше. Проиграйте с ним эту ситуацию, ведь максимального воспитательного эффекта можно достичь только в игре. "Поищите" в группе "прежнего" мальчика или девочку, перечисляя, какими положительными качествами он обладал.

На этом возрастном этапе реакция ребенка достаточно импульсивны, выражение эмоций носит непосредственный характер, что связано с желаниями ребенка. Маленький ребенок, не умеющий управлять своими переживаниями, почти всегда оказывается во власти у захватившего его чувства. Внешнее выражение чувств у ребенка носит более бурный и произвольный характер, чем у взрослого. Чувства у ребенка быстро и ярко вспыхивают и столь же быстро гаснут. Поэтому в этом возрасте особое внимание необходимо обращать на развитие саморегуляции у детей. Для этого мы используют специальные игры и упражнения:

#### ***Упражнения направленные, на развитие произвольных движений и самоконтроля***

##### **Упражнение «Флажок».**

Цель: Преодоление гиперактивности, развитие самоконтроля.

Процедура игры. Звучит музыка (лучше маршевая), и дети двигаются под музыку (маршируют или двигаются свободно). По команде ведущего (поднятие флажка или руки) все дети должны остановиться и «замереть» в

тех позах, в которых их застала команда ведущего (на 5-7 сек.). Музыка продолжает звучать.

Затем по команде ведущего дети снова начинают двигаться и т.д.

Возможен вариант с хлопками без музыки.

### **Упражнение «Волшебное слово».**

Цель: Развитие произвольности, самоконтроля и внимания.

Процедура игры.

Вариант I. Дети и ведущий становятся в круг. Ведущий объясняет, что он будет показывать разные движения, а дети должны их повторять, но только в том случае, если ведущий добавит слово «пожалуйста». Если этого ведущий не говорит, дети остаются неподвижными.

Замечание: «Волшебное слово» ведущий произносит в случайном порядке, через 1-5 движений.

Вариант II. Процедура игры такая же, как в первом варианте, но тот, кто ошибся, должен выйти на середину и исполнить какой-нибудь «номер» (спеть песенку, прочитать стишок, придумать новую игру и др.).

Замечание: Если тот или иной ребенок отказывается от игровых заданий, не заставляйте, продолжайте игру дальше. Постепенно дети станут свободнее и увереннее в себе и будут отказываться все реже и реже.

### **Упражнение «Запрещенное движение».**

Цель: Развитие произвольности.

Процедура игры. Звучит веселая ритмичная музыка (например, И. Дунаевского «До чего же хорошо кругом»). Дети стоят полукругом, в центре - ведущий. Он показывает несколько действий, одно из которых (например, приседание) - запретное. Дети должны повторить все действия ведущего, кроме запретного. Тот, кто ошибся, становится ведущим.

### **Упражнение «Игра в мяч».**

Цель: Развитие самоконтроля.

Процедура игры. Дети свободно двигаются под веселую музыку. У одного из детей (водящего) в руках мяч. Он кидает его и кричит: «Таня!» Девочка из группы по имени Таня быстро подбегает и хватается мяч. Она задумывается, подбрасывает мяч и кричит новое имя. Тот, кто заигрался и не услышал своего имени, становится «зрителем» (выбывает из игры).

Замечание: Следите, чтобы дети не называли имена одних и тех же детей. В игре должны участвовать все ребята.

## **Упражнения, направленные на развитие произвольной активности, формирование эмоциональной и волевой сфер**

### **Упражнение «Поссорились два петушка».**

Цель: Развитие раскованности и самоконтроля.

Процедура игры. Звучит веселая музыка (желательно А.Райчева «Поссорились два петушка»). Дети двигаются по типу «броуновского движения» и слегка толкаются плечами. Замечание: не разрешается, чтобы удары детей были слишком сильными и болезненными. Дети обязательно должны играть «по правде» и одновременно держать символизм игры («понарошку»).

### **Упражнение «Иголка и нитка».**

Цель: Развитие произвольности.

Процедура игры. Выбирается водящий из детей. Под веселую музыку водящий играет роль иголки, а все другие дети - роль нитки. «Иголка» бегает между стульями, а «нитка» (группа детей друг за другом) - за ней.

Замечание: Если в группе имеется зажатый ребенок, то предложите роль «иголки» ему.

### **Упражнение «Дракон кусает свой хвост».**

Цель: Снятие напряженности.

Процедура игры. Звучит веселая музыка (можно и без музыки). Дети встают друг за другом и крепко держатся друг за друга (за плечи). Первый ребенок - «голова дракона», последний - «хвост дракона». «Голова дракона» пытается поймать «хвост», а тот уворачивается от нее.

Замечания: Следите, чтобы дети не отпускали друг друга. Следите также, чтобы роли «головы дракона» и «хвоста» выполняли все желающие.

### **Упражнение «Скучно, скучно так сидеть».**

Цель: Развитие раскованности, тренировка самоорганизации.

Процедура игры. У одной стены комнаты стоят стулья, их число равно количеству детей. Около противоположной стены комнаты также стоят стулья, но их число на 1 меньше количества детей.

Дети садятся около первой стены комнаты. Ведущий читает стишок:  
Скучно, скучно так сидеть. Друг на друга все глядеть; Не пора ли пробежаться и местами поменяться?

Как только ведущий заканчивает стишок, все дети бегут к противоположной стенке и стараются занять стулья. Проигрывает тот, кто остался без стула.

Замечания: Не разрешайте детям начинать бег раньше, чем кончится стишок. Запрещается ребенку спихивать другого ребенка со стула, если первый занял его раньше второго.

### **Упражнение «Сова».**

Цель: Развитие произвольности.

Процедура игры. Дети сами выбирают водящего - «сову», которая садится в «гнездо» (на стул) и «спит». В течение дня дети двигаются.

Затем ведущий командует: «Ночь!» Дети замирают, а сова открывает глаза и начинает ловить.

Кто из играющих пошевелится или рассмеется, тот становится совой.

### **Упражнения, направленные на развитие психической саморегуляции, способствующие успокоению и снятию напряжения.**

#### **Дыхательные упражнения**

##### **Упражнение «Лифт».**

Психолог говорит: «Положите ладонь на живот. Представьте, что живот – это первый этаж дома. Немного выше находится желудок – это второй этаж дома. Подержите там ладонь. Теперь положите ладонь на грудь и представьте, что это третий этаж дома.

Приготовьтесь, мы начинаем «поездку на лифте»:

Вдохните ртом медленно и глубоко так, чтобы воздух дошел до первого этажа – до живота. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните так, чтобы воздух поднялся на один этаж выше – до желудка. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Вдохните – и «поднимите лифт» еще на один этаж – до груди. Задержите дыхание. Выдохните ртом.

Во время выдоха вы ощущаете, что напряжение и волнение выходят из тела, словно из дверей лифта».

Упражнение выполняется стоя. Время выполнения 2-3 минуты. Дыхание задерживается на 2-3 секунды.

### **Упражнение «Воздушный шарик».**

Дети сидят на стульчиках.

Психолог говорит: «Откиньтесь на спинку стула, спина прямая и расслабленная, руки сложены на груди так, чтобы пальцы соприкоснулись».

Глубоко вдохните воздух носом, представьте, что ваш живот – это воздушный шарик. Чем глубже вдыхаете, тем больше шарик. А теперь выдыхайте ртом, чтобы воздух улетел из шарика.

Не торопитесь, повторите. Дышите и представляйте себе, как шарик наполняется воздухом и становится все больше и больше.

Медленно выдыхайте ртом, как будто воздух выходит из шарика.

Сделайте паузу, сосчитайте до пяти.

Снова вдохните и наполните легкие воздухом.

Выдохните, почувствуйте, как воздух выходит через легкие, горло, рот.

Дышите и чувствуйте, как вы наполняетесь энергией и хорошим настроением».

### **Упражнения в парах**

«**Два барашка**». Дети стоят на четвереньках, упираясь плечом в плечо друг друга, стараясь сдвинуть партнера с места.

«**Сдвинь скалу**». Дети сидят на полу и, упираясь спиной в спину партнера, стараются сдвинуть друг друга с места.

### **Упражнение «Бывает - не бывает»**

Детям зачитываются фразы: «Зима закончилась в июне. Подснежник ярко краснеет. Девочка упала в яму. Коля проснулся только в обед. Суп из мухоморов. Яблоки растут на дереве». Если это бывает – дети хлопают в ладоши, не бывает – топают ногами.

### **«Что изменилось».**

На наборное полотно выставляют предметные картинки (6-7 штук). Психолог на наборном полотне меняет картинки местами (сначала одну, потом две, затем три картинки, в заключение ни одной). Дети отмечают изменения в расположении картинок.

### **«Кто летает?».**

Цель: развитие переключения внимания.

Методика проведения: психолог называет разные предметы, животных. Если они летают, то дети должны поднять руки, если не летают – не поднимают. Кто ошибется, тот выходит из игры.

Слова: голубь, пчела, орел, корова, стрекоза, змея, стол, божья коровка, ракета, спутник, облака...

### **Упражнение «Карлики и великаны».**

Цель: развитие переключения внимания.

Методика проведения: детям дается инструкция: «Если ведущий говорит «карлики» - они должны сесть на корточки, а если «великаны, встать и поднять руки вверх.

### **«Кто быстрее».**

Ведущий называет какой -либо цвет (красный, зеленый, синий и т.д.) дети должны быстро положить руку на любой ближайший предмет такого цвета. Кто не успел, то выходит из игры.

### **«Кто дольше?».**

Детям предлагается разбиться по парам и одновременно начать смотреть друг другу в глаза. Кто первый отвернется, тот проиграл.

### **«Измеряем взглядом».**

Детям задается вопрос: «Как вы думаете, сколько стульев можно поставить рядом от стола до двери?». Ответы детей записываются. Затем проводятся измерения.

## **ЛИТЕРАТУРА**

1. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5-7 лет). – М., 2004.
2. Гиппиус СВ. Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. - СПб., 2001.
3. Лазарев М.Л. Программа “Познай себя”. - М., 1993.
4. Локалова Н.П. 90 уроков психологического развития младших школьников. - М., 1995.
5. Лопухина КС Логопедия. Речь. Ритм. Движение. - СПб., 1997.
6. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. – М., 2002.
7. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. М.: Новая школа, 1993.
8. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.
9. Сполдинг Дж. Обучение через движение. - М., 1992.

10. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. – М., 2003.

11. Чистякова М.И. Психогимнастика. - М., 1995.