ЕМОЦІЙНІ ПОРУШЕННЯ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Завдання:

- **Емоційно-вольовий розвиток дитини**
- **Емоційні порушення**
- **Практичні вправи у роботі з дітьми**

Емоційно-вольовий розвиток дитини

- воля відповідає за формування таких особистісніх якостей, як самостійність, стриманість, рішучість, цілеспрямованість, відповідальність

- Воля не виникає сама собою, її потрібно змалку формувати

Вікові особливості розвитку волі

- **Від 1 до 1,5 років**

  Дуже важливою є послідовність дорослих у вихованні.

- **Від 1,5 до 3 років**

  правила, обмеження. Винагорода не суперечить забороненим правилам

- **Від 3 років**

  воля дитини стає свідомою. Дитина може самостійно прибирати місце своєї гри, праці, обслуговувати себе й дотримуватися тих правил, які вже знає

Емоції (класиф ікація)

Кожна емоція цінна

- **Радість** – зосередження на досяненнях, задоволення, поціновування даного моменту
- **Сум** – зосередження на ціннісних і важливих речах
- **Страх** – зосередження на ризиках, захисту свого життя
- **Злість** – зосередення на меті, подолання перешкод і бар'єрів
- **Огида** – зосередження на досвіді (асоціація з тим, що може зашкодити)
- **Здивування** – зосередження на відмінностях, енергія збудження, спонукання до аналізу
- **Презирство** – зосередження на цінностях, енергія захисту і збереження своїх цінностей

Емоційні порушення у дітей

- В основі розподілу лежать ті сфери життя дитини, де насамперед знаходить вияв емоційне неблагополуччя. З одного боку, воно може виявлятися у взаєминах з іншими людьми; з іншого – в особливостях внутрішнього світу дитини, складності її переживань.

порушення

- **БЕЗ ДІАГНОЗІВ**

- ***АЛЕ…***

Психологічна та педагогічна діагностика:

- **у процесі спостереження** – звернення уваги педагогів на фактори ризику: спадковість; вербальна і фізична агресія; висока конфліктність у спілкуванні; прагнення до домінування або орієнтація на залежність; ізоляція або неприйняття однолітками; різкі зміни в поведінці; низький або високий IQ; неадекватна самооцінка; несприятливе сімейне оточення; психотравматичні події (смерть близької людини, міжособистісний конфлікт, поганий вчинок, погані стосунки у сім‘ї тощо); алкоголізм і наркоманія, асоціальний спосіб життя;

- **виявлення ознак емоційних порушень** – втрата апетиту або імпульсивне ненажерство, безсоння або підвищення сонливості впродовж останніх декількох днів; незвичне неохайне ставлення до своєї зовнішності; постійне почуття самотності, непотрібності або суму; нудьга у звичайному оточенні або під час виконання роботи, яка раніше подобалася; втеча від контактів або ізоляція від друзів і сім‘ї; занурення у роздуми про смерть; раптові напади гніву, навіть через дрібниці

ЯК ГОВОРИТИ З ДІТЬМИ ПРО ІНВАЛІДНІСТЬ

1. Замість слів «хвороба», «хворий» — прийменник “з”:

Дитина з інвалідністю, а не інвалід. Хлопчик з аутизмом, а не аутист.
«Інвалідність – це коли людина не може робити певні речі,
які робимо ми з тобою».

2. Якщо дитина цікавиться: «Чому виникає інвалідність?»

Не заглиблюйтесь в пояснення причин. Достатньо короткої відповіді:
«Просто так є. Так трапилось, що в людини є інвалідність».

3. Побачте дитину, а не інвалідність.

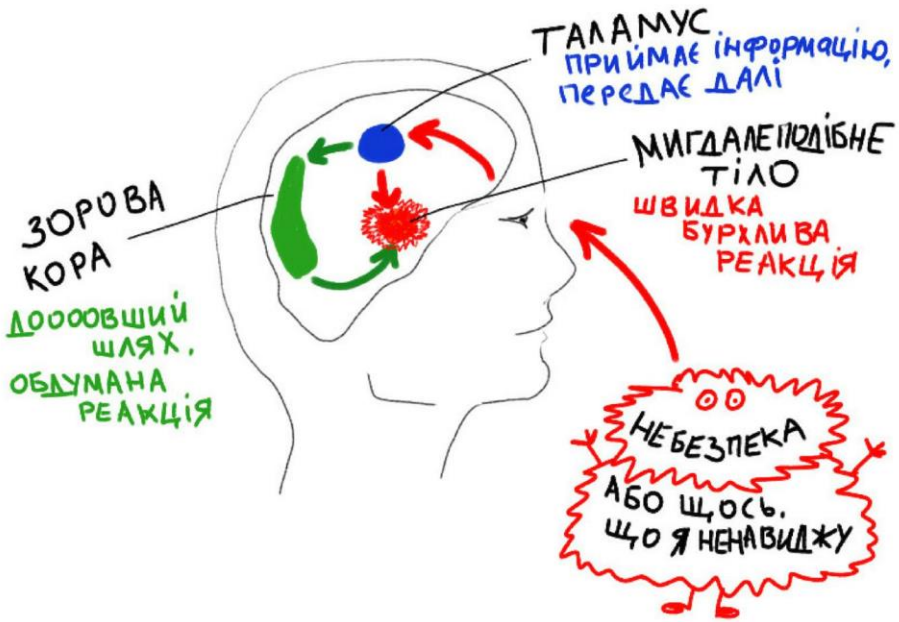
Не робіть вигляд, що інвалідності немає, але й не перебільшуйте увагу.
Акцентуйте на речах, які об’єднують. «Дітям з інвалідністю не треба
спеціальні ігри чи іграшки. Вони теж бавляться ляльками і Лего, як ти.
Давай дізнаємось, які іграшки любить хлопчик?»
«Всі люди різні. Кожен має свої особливості. Ти бігаєш, а дівчинка
пересувається на візочку. Це нормально – бути різними».
Діти налаштовані не негативно, а зацікавлено.
Негатив, переляк і осуд діти «зчитують» з дорослих.

4. Підтримайте, а не жалійте.

Підтримка – це розмова на рівних, яка не принижує. Говоріть про
інвалідність та поводьтеся так само звичайно і спокійно, як завжди.

5. Допоможіть дитині дізнатися більше про людей з інвалідністю.

Розкажіть дитині про інвалідні візки, пандуси, шрифт Брайля,
слухові апарати, собак-поводирів, мову жестів тощо.



ЩОБ ВІДРЕАГУВАТИ АДЕКВАТНО НА ДИТЯЧУ ПОВЕДІНКУ –

ЗУПИНІТЬСЯ,

ЗРОБІТЬ ПАУЗУ,

ЗАСПОКОЙТЕСЬ.

ТОДІ МОЗОК ВСТИГНЕ ЗАПУСТИТИ СВІДОМУ РЕАКЦІЮ.

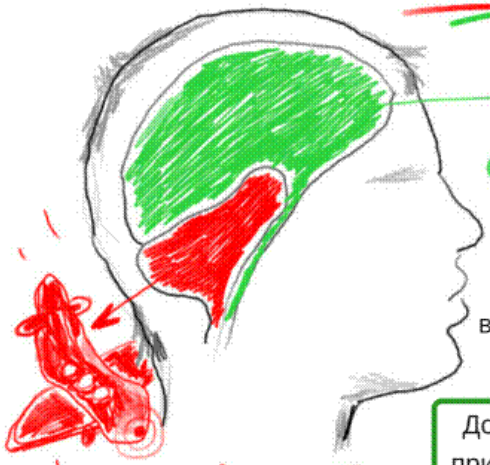
БАТЬКІВСЬКА СПІЛКА
EPA Member

Інформація на основі книги "Емоційний інтелект", Деніел Ґоулман.
Ілюстрація, інфографіка: Наталя Біда.

happydity.org nebyjdytynu

#НеБийДитину

Дитина вчинила „погано". Ваша реакція?



Свідома реакція

Задіяна частина мозку, що відповідає за мислення, діалог.

Доводиться побороти першу примітивну реакцію (автопілот) і відреагувати свідомо:
- **ЗУПИНИТИСЯ.** Зробити паузу.
- Якщо треба, вдихнути й видихнути, вийти на хвилину тощо; й **ЗАПИТАТИ** себе:

ЧОМУ дитина так вчинила?
ЩО я хочу їй донести?
ЯК це краще зробити?

РЕЗУЛЬТАТ:
Збережено емоційний зв'язок з дитиною, **проаналізована та обговорена ситуація й емоції** (коли дитина заспокоїлась), **знайдені альтернативи.**
Урок засвоєно.

Автопілот

Задіяна частина мозку, що відповідає за емоції, інстинкти.

Так і хочеться **відразу** дати дитині здачі, покарати, накричати, образити, відправити подалі тощо.

РЕЗУЛЬТАТ:
Злі й засмучені дорослі, ображені й засмучені діти.
Поведінка зупинена тут і зараз, але потім буде повторена чи прихована.
Урок не засвоєно.

Інформація на основі книги "Досить істерик!" (Деніел Сіґел і Тіна Брайсон).
Ілюстрація, інфографіка: Наталя Біда.

Дитячий мозок

(дуже спрощена схема)

Це **"мозок ящірки"** ("лімбічна система"), найдавніша частина мозку людини. Є від народження в кожної дитини.

"Префронтальна кора". Формується поступово, аж до 25 років. Дитина фізично не може мати такий самий рівень самоконтролю, що й дорослий.

Коли у дитини вирують емоції (лімбічна система в дії) – мислення не працює! Нотації дорослих не працюють!

Саме тому: щоб дитина вас почула, спочатку їй треба **ЗАСПОКОЇТИСЬ.**

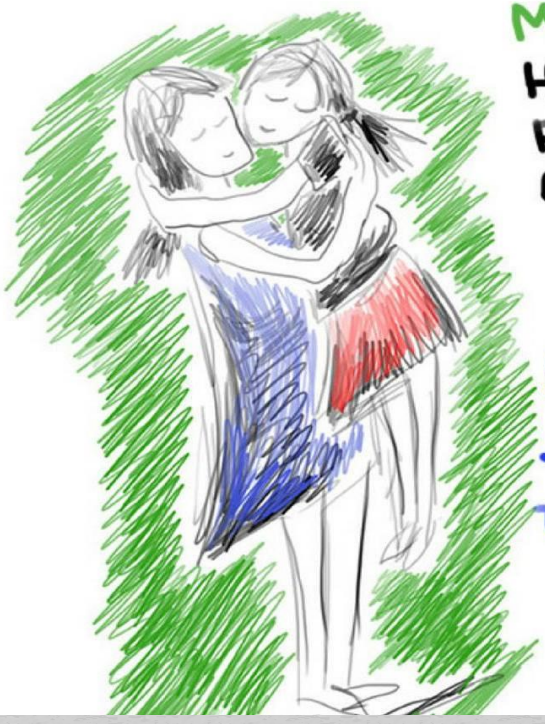
НЕ ПОВЧАЙТЕ І НЕ АГРЕСУЙТЕ НА "ЯЩІРКУ" – бо вона вас сприйме як загрозу і буде опиратися навчанню.

ЗАСПОКОЙТЕ "ЯЩІРКУ" :). У спокої вмикається мислення, і тоді дитина готова до діалогу та засвоєння уроків.

Інформація на основі книги "Досить істерик!" (Д.Сіґел і Т.Брайсон).
Ілюстрація, інфографіка: Наталя Біда

Емоційний зв'язок –
це не забаганка,
а потреба дитини.

ЗАЛЯКУВАННЯ, АГРЕСІЯ, ІЗОЛЯЦІЯ, ІГНОР
породжують страх,
який руйнує емоційний зв'язок
та відчуття безпеки в дитини.



МОЗОК ДИТИНИ
найкраще
розвивається
в безпеці.

тому:

ВСТАНОВЛЮЙТЕ МЕЖІ,
ЗБЕРІГАЙТЕ СПОКІЙ
та ЕМОЦІЙНИЙ ЗВ'ЯЗОК.

Інформація на основі книги
"Досить істерик!", Деніел Сіґел і Тіна Брайсон.
Ілюстрація: Наталія Біда.

подолання тривожності у підлітків:

- а) навчання прийомів оволодіння своїм емоційним станом;
- б) розширення можливостей формуванням умінь і навичок, необхідних для успішного виконання діяльності;
- в) перебудова самооцінки і структури мотивів підлітка.

Пасивність.

- *причинами тихої пасивної поведінки дитини можуть бути: страх перед незнайомими новими дорослими, малий досвід спілкування з ними, невміння звернутись до дорослого. Така дитина може й не потребує фізичної ласки або взагалі не переносить фізичних контактів*
- Ефективним буде все те, що сприятиме виявленню дитячих емоцій. Основні напрями роботи з такою дитиною – допомогти висловити свої переживання в іншій, більш прийнятній формі, досягти того, щоб дитина стала тобі довіряти, виявила до тебе свою прихильність.

Запальність

- *Запальність – це швидше вияв відчаю й безпорадності, ніж прояв характеру.*

- Якщо ж дитина вже розлютилась, то заспокоїти її не вдасться. Заспокійливі слова не діятимуть. Тут важливий спокійний емоційний тон.

Агресивність.

- *Агресивність не обов’язково виявляється у фізичних діях. Деякі діти схильні до так званої вербальної агресії, за якою часто стоїть незадоволена потреба відчути себе сильним або відігратись за власні образи.*
- Загальна тактика роботи полягає в тому, щоб поступово навчити дитину виражати своє незадоволення в соціально прийнятних формах.

Соромливість

- *Соромлива дитина не в змозі використовувати при відповіді знання, що є у неї. З часом подібна ситуація визначає повну пасивність дитини на заняттях і у суспільній діяльності.*
- Ранні вияви соромливості можна скоригувати, постійно схвалюючи дитину, спонукуючи її висловлювати власні думки, залучаючи до ігор, де необхідна ініціатива, уміння ухвалити швидке рішення. Корисні бесіди з аналізом вдалих дій і вчинків дитини.

Гіперактивність

- *Гіпердинамічна дитина імпульсивна. Діє вона, не замислюючись про наслідки, хоча поганого не мислить і сама щиро засмучується через подію, винуватцем якої стає.*
- Потрібно чітко розмежовувати цілеспрямовану активність і безцільну рухливість. Її рухову активність слід спрямовувати й організовувати: якщо вона біжить кудись, то хай це буде виконанням якогось доручення. Гарну допомогу можуть надати рухливі ігри з правилами, спортивні заняття. Найголовніше – підпорядкувати її дії меті й привчити досягати її

Страхи

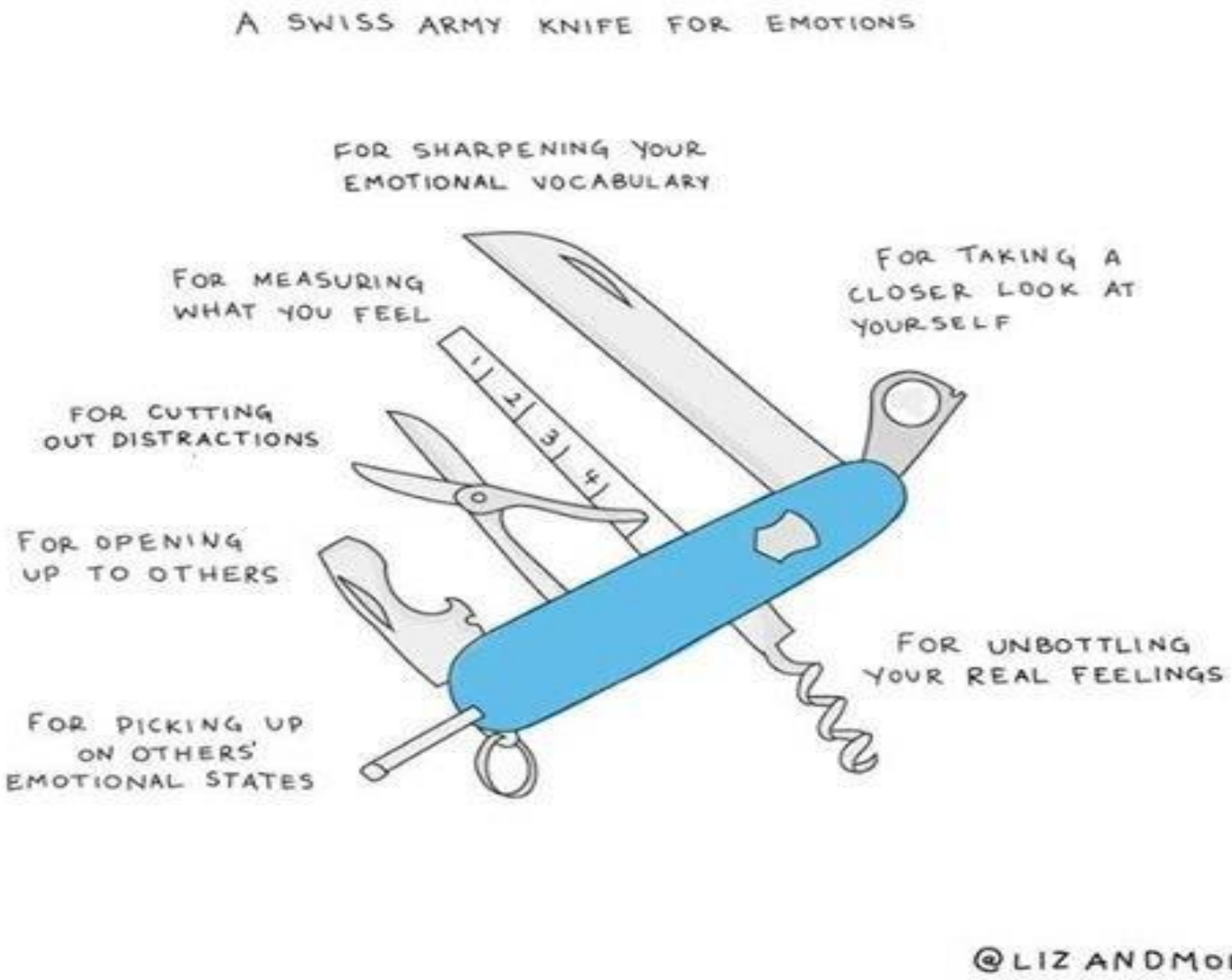
- *Причиною страхів може бути невиправдано жорстка виховна позиція дорослих, переважання покарань, надмірні вимоги, обмеження ініціативи та вільної активності дітей за рахунок зростання кількості обов'язкових до виконання завдань. Причинами таких страхів дитини є індивідуальні особливості нервової системи (чутливість, неврівноваженість, виснажливість), особистості (тривожність, схильність до фантазувань), обмеженість дитячого досвіду. У виникненні страхів значну роль відіграє уява дитини.*
- Щоб подолати дитячі страхи, необхідно залучити дитину до цікавої й захопливої діяльності.

Правила поведінки

(в літаку)

- Пасажири, які сидять поруч з дітьми, повинні **спочатку** вдягти **маску** на себе, а потім на дитину

Швейцарський ніж для емоцій



Крик на дитину - це крик про допомогу.

Треба зрозуміти, яка важлива потреба батьків незадоволена.

1. Хто тут дорослий?
2. Дихальні вправи
3. Поставити себе на місце дитини (уяви, як на тебе кричить людина, набагато більша за тебе).
4. Стоп, а в чому причина крику? Точно у вчинках дитини? (втома, розчарування, завищені очікуваня)
5.Вибачитись за форму, в якій окреслено невдоволення.
6. Намагатись постійно описувати, що відчуваєш
7. Взяти тайм-аут. Вийти з кімнати.
8. Виплеснути гнів в навколишнє середовище, де немає дитини (кидаю щось, тупцяю ногами, видаю голосні звуки обурення).
9. Вибачити себе за крики. Помічати, де вийшло, а де - ні. 10. Шукаю інформацію, як припинити кричати) Книги, статті, поради психологів - будь-що допомагає.
11.Виділити час на себе. Щоб відпочити, відчути власні кордони та потреби.
12. Шукати підтримки у близьких людей та людей зі схожим досвідом.
13. Визначити, що якщо не вдасться самотужки опанувати себе, я звернусь по допомогу до психолога.

ҐЖЕҐОЖ КАСДЕПКЕ
Велика книга почуттів
Марта Малихіна
ДИТИНА У СВІТІ ЕМОЦІЙ
ЯК ПОДРУЖИТИ ДІТЕЙ З ЕМОЦІЯМИ
ПОРАДИ «ЛІНИВОЇ МАМИ»
Людмила Петрановська
Таємна опора
ЕМОЦІЄМІР ІНСПЕКТОРА ДИЛА
Розпізнавай, вимірюй та керуй СВОЇМИ ЕМОЦІЯМИ
СУСАННА ІСЕРН
Ілюстрації МОНІКИ КАРРЕТЕРО
Досить істерик!
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ГАРМОНІЙНОГО ВИХОВАННЯ ДИТИНИ
РАНОК
Дженніфер Мур-Ма
Ілюстрації Густаво
Безліч
ЕМОЦІЙ
Частина 1
АННА ГРЕСЬ
РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ
• Навчаємо спілкуватися
• Розвиваємо здорову самооцінку і впевненість у собі
• Допомагаємо дитині стати сміливою
• Розвиваємо уяву
3-4 РОКИ
5-6 РОКІВ
4MAMAS