**Методические разработки:**

**ОБЩИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ** **РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ** **КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ**

**по вопросам индивидуального подхода**

**к воспитанию и обучению детей и подростков**

 Социальный педагог В.В. Синкевич

**Санкт-Петербург**

**2020г.**

**УРОКИ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ**

***Безусловно принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!***

**Правило 1.**

*Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно справишься!»*

**Правило 2.**

*Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.*

**Правило 3.**

*Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.*

**Правило 4.**

*Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».*

*Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.*

**Правило 5.**

*Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.*

**Правило 6.**

*Когда вы говорите своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА. О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении.*

**Правило 7.**

*Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.*

**Правило 8.**

*Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.*

**Правило 9.**

*Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.*

**ВОПРОСЫ НЕПОСЛУШАНИЯ.**

* ***В детстве мы узнаем о себе только из слов к нам близких.***
* ***Что бы ни делал ребенок, ему нужно наше признание его успехов.***
* ***Каждым обращением к ребенку – словом, делом, интонацией, жестом, нахмуренными бровями и даже молчанием мы сообщаем ему не только о себе, своем состоянии, но и всегда о нем, а часто – в основном о нем.***

**Психологи выделили четыре основные причины серьезных нарушений поведения детей.**

1. Борьба за внимание.
2. Борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской власти и опеки.
3. Желание отомстить.
4. Потеря веры в собственный успех.

**Правило первое**

*Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого.*

**Правило второе**

*Правила (ограничения, требования, запреты) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.*

**Правило третье**

*Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.*

**Правило четвертое**

*Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.*

**Правило пятое**

*Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.*

**Правило шестое**

*Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохо****е.***

**НЕУСПЕВАЕМОСТЬ**

Чаще всего неуспеваемость нельзя объяснить низкими умственными способностями или нежеланием учиться.

Средства, которые используют для предотвращения неуспеваемости, дают слабый эффект (дополнительные занятия, моральное давление на ученика). Часто они приводят к совершенному нежеланию учиться.

**Истинные причины неуспеваемости**

1. Непонимание материала. Ученик плохо понимает преподаваемый материал. Не способен его усваивать. Скорее всего, ученик в течение нескольких лет отставал по программе, так как не был усидчив, ответственен, а должный контроль отсутствовал. С раннего школьного возраста существует необходимость обучать ребенка навыкам учебной работы.
2. Неспособность ребенка абстрагироваться и обобщать, то есть изначальная неготовность ребенка к школе. В начальной школе ребенку сложно обобщать или оторваться от сказанного слова. В детстве ребенок никак не может учесть всех условий, не может выполнить требуемые действия. У такого ребенка формируется интеллектуальная вялость — отказ от мыслительной деятельности. Из сказанного можно сделать вывод — к школе ребенок должен быть подготовлен соответствующим образом.

На основе этих двух причин у ребенка быстро формируется “комплекс неуспевающего”. Он как бы говорит себе, что у него все равно ничего не получится, что мнение о нем уже сложилось. И оно отрицательное. Поэтому в подростковом возрасте наказаниями не поможешь, это только усугубит ситуацию.

**Что же делать?**

* Найдите стимул (только не деньги), чтобы ребенок старался успешно заниматься.

* Улучшайте его самооценку. Говорите, что у него многое получится.

* Занимайтесь вместе, старательно объясняя, что надо делать и как это делается.
* Договоритесь с учителями, чтобы ваш ребенок мог показать свои знания именно в определенный момент перед всем классом.
* Не останавливайтесь на достигнутом.

**Тревожность как показатель неблагополучного личностного развития.**

Большое значение для развития подростка имеет психическое здоровье, т.е. состояние полного душевного, физического социального благополучия.

Подросток постоянно попадает в ситуацию дискомфорта, фрустрируется эмоциональная сфера, т.е. он реагирует на эту ситуацию негативными переживаниями, которое вызывает тревожность.

Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная характеристика активной деятельности личности. У каждого человека свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности – это полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

Личности, относящиеся к категории высоко тревожных, склонны видеть в широком диапазоне ситуаций угрозу для их самооценки и жизнедеятельности. На такие ситуации они реагируют выраженным состоянием напряженности. Тревожность часто порождается конфликтностью самооценки, наличием в ней противоречий между высокими притязаниями и сильной неуверенностью в себе. Это ведет к гипертрофии потребности в достижении. Отмечаются перегрузка и перенапряжение, выражающиеся в нарушении внимания, снижении работоспособности, а также повышенной утомляемости.

Чрезмерно высокий уровень тревожности, как и чрезмерно низкий, -дезадаптивная реакция, проявляющаяся в общей дезорганизации поведения и деятельности и требует различных способов коррекции.

Работа с такими детьми направлена на формирование общения, на коррекцию самооценки, преодоление внутренних конфликтов, ликвидацию причин тревожности, развитие умения справляться с повышенной тревогой. Тревога может быть ослаблена произвольно, с помощью активной деятельности по достижению цели.

**ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ КЛАССНЫМ РУКОВОДИТЕЛЯМ**

**И УЧИТЕЛЯМ ПРЕДМЕТНИКАМ**

**ПО РАБОТЕ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ.**

1. *Принятие ученика.*
2. *Обоснованность оценки (конкретизация и возможность улучшения результатов индивидуально).*
3. *Значимость успешности ученика (похвала).*
4. *Успешность каждого сравнивается только с его личными достижениями.*
5. *Целеполагание – помощь в формировании цели и способах ее достижения (рефлексия).*

**СУИЦИД.**

**Синдромы поведения подростков, указывающие на готовность к суициду**

тревожно-ажитированное поведение, внешне даже похожее на подъем, однако, с

проявлениями суеты, спешки;

затяжные нарушения сна: подростка преследуют страшные сны с картинами катаклизмов, катастроф, аварий или зловещих животных;

напряжение аффекта, периодически разряжаемого внешне не мотивированной агрессией; депрессия, апатия, безмолвие: подросток тяжел на подъем, уходит от обязанностей, бессмысленно проводит время, в поведении видно оцепенение, сонливость;

выраженное чувство несостоятельности, вины, стыда за себя, отчетливая неуверенность в себе. Этот синдром может маскироваться нарочитой бравадой, вызывающим поведением, дерзостью;

тяжело протекающий пубертат с выраженными соматическими эндокринными и нервно-психическими нарушениями; употребление алкоголя, токсикомания, наркомания.

**Внешние обстоятельства суицидального подростка**

· неблагополучная семья: тяжелый психологический климат, конфликты родителей, алкоголизм в семье, утрата родителей;

· беспризорность подростка, отсутствие опоры на значимого взрослого, который бы занимался подростком;

· неблагоприятное положение подростка в семье: отвержение, назойливая опека, жестокость, критичность к любым проявлениям подростка;

· отсутствие у подростка друзей, отвержение в учебной группе;

· серия неудач в учебе, общении, межличностных отношениях с родственниками и взрослыми.

**Источник негативных переживаний подростка**

 Накапливание негативных переживаний может создать неблагоприятную сферу для срыва у подростков. Исследования, проведенные в 1995 году, показали, что негативные переживания у подростков возникают в ответ на семейные конфликты, частые наказания, недовольство родителей друзьями детей, частое морализование старших и взрослых.

 Согласно данным этого исследования главный источник негативных переживаний - семейные конфликты. На это указали 50% мальчиков и 78% девочек из группы "трудных" подростков. Среди "благополучных" подростков эти показатели 47% и 18% соответственно. Важная причина подростковых переживаний - частые наказания детей. В группе "трудных" - эту причину указали 35% опрошенных, тогда как среди "благополучных" 21% мальчиков и 2% девочек.

 Частые наказания провоцируют развитие лживости как средства скрыть проступок. На этот мотив лжи указывают 71% мальчиков и 63% девочек из группы "трудных" подростков. Досаждает подросткам и неумелое морализаторство родителей. На эту причину указали 65% мальчиков и 72% девочек.

**Инструкция для друзей тех, кто находится на перепутье**.

Нет сомнения, что вы где-то или когда-то слышали такое мнение: "Люди, которые говорят о самоубийстве, в действительности его не совершают". Это глубочайшее заблуждение. По самой жесткой статистике, каждый четвертый - хоть раз в жизни думал покончить с собой, а каждый седьмой пытался это сделать.

Перед совершением самоубийства люди часто говорят о своих намерениях или делают туманные намеки на то, как они могли бы умереть, как их семье, близким и друзьям было бы лучше без них. Угроза самоубийства и подобные высказывания должны всегда восприниматься всерьез. Это действительно признаки опасности.

Возможно, кто-то, кого вы знаете, внезапно начал вести себя очень необычно или вообще, как будто стал совсем другим человеком. Робкий вдруг становится дерзким искателем приключений, деликатный - превращается в неуправляемого хулигана, а жизнерадостная личность становится отчужденной, недружелюбной и безразличной. Когда такие изменения возникают без причины или продолжаются довольно долго, это может быть предвестником самоубийства.

Выполнение последних "приготовлений", "распоряжений" - это еще один возможный признак готовящегося трагического конца. Среди молодых людей часто встречаются такие "приготовления", как раздача ценных личных вещей, любимых кассет, одежды, книг, магнитофонов... Если кто-нибудь доверился вам, что он или она думает о никчемности существования, о самоубийстве, или в их поведении видны какие-то признаки, говорящие об этом, не бойтесь их обсудить. Ваше желание покажет человеку, что вы не осуждаете его чувство. Расспросите его, какова причина подобных мыслей и какие чувства он переживает. Не спешите высказывать свое мнение, а тем более поучать, умейте выслушать до конца. Будьте равноправным и спокойным собеседником, узнайте, выбран ли уже способ самоубийства, имеются ли какие-нибудь специальные планы и сделаны ли какие-то приготовления, например, приобретены ли средства самоубийства.

Не беспокойтесь, что ваш разговор может убедить человека осуществить свой план, наоборот, это поможет ему или ей узнать, что кто-то желает быть другом и понимает безвыходную, казалось бы, проблему. Это может спасти жизнь. С другой стороны, не старайтесь уйти от разговора, если его начал другой человек, и не давайте таких советов, как: "Подумай, сколько горя это принесет твоим близким...", "Ты должен ценить свое счастье и свои удачи в жизни..." Такие комментарии заставляют человека чувствовать себя еще более никчемным, безнадежным и усугубляют чувство вины. Будьте заинтересованным и старательным собеседником. Обсуждайте эту проблему, как обычный вопрос, который вы обсуждаете с другом. Если вы знаете, что человек находится на грани самоубийства, помогите. Предложите поговорить с учителем, родственником, доктором, который пользуется у вашего друга уважением. Если ваш друг отказывается от такого контакта, возьмите это на себя. В некоторых случаях появится необходимость оказать немедленную помощь. Если так, действуйте без промедления. Не бойтесь оказаться вероломными.

Многие люди замышляют самоубийство, лишившись всяких надежд, в состоянии полной депрессии и безысходности. Они уже не верят, что им можно помочь, они чувствуют, что это бесполезно. В действительности же это не так. Со временем многие из этих людей возвращаются к полнокровной жизни и вспоминают тяжелый эпизод как минутную слабость. Но когда преобладает чувство безысходности и безнадежности, они подвергают себя и свое здоровье большой опасности. В таком случае вы должны использовать все возможные доводы, всю вашу рассудительность и внутреннюю убежденность, чтобы показать - он получит помощь, в которой нуждается.

И последнее. В каждом доме накоплено много лекарств, ядовитых химических веществ. Не держите их на виду. Спрячьте под замок. Пусть потенциальная разрушительная "кнопка" будет в одних руках. Ведь даже незаряженное ружье один раз в жизни стреляет.

**Приемы профилактики агрессивного поведения**

**1. Агрессивный родитель = агрессивный ребенок**

Наши дети копируют наше поведение и, если мы агрессивны, если мы деремся, ругаемся, кричим они учатся у нас это делать. Если за агрессивное поведение мы наказываем, бьем и ругаемся – мы усиливаем агрессию детей.

**2. Возможность разрядки негативной энергии**

Необходимо, чтобы у вашего ребенка было как можно больше возможностей разряжать накопившуюся негативную энергию. Активным, склонным к агрессии детям нужно двигаться и это может быть:

* - спортивные секции и спортивный уголок дома;
* - велосипед и возможность кататься на нем;
* - гулять, бегать на улице;
* - разрешение в определенном месте делать то, что хочется, лазить, прыгать, бросать мяч и пр.

**3. Возможность выразить чувства**

Как правило, агрессивные дети не умеют выражать свои чувства, они их подавляют, загоняют внутрь, не проговаривают, не пытаются понять. Им просто необходимо отреагировать накопившиеся чувства. Для этого предложите ребенку:

* - остаться одному в комнате и высказать все, что накопилось в адрес того, кто его разозлил;
* - разрешите ребенку побить подушку или диван, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное;
* - посоветуйте сыну или дочери в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти;
* - предложите нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге.

**4. Возможность понимания и поддержки**

Любой, а тем более агрессивный ребенок нуждается в понимании:

* - постарайтесь поставить себя на место ребенка и понять его;
* - скажите ребенку о том, что вы его понимаете;
* - в ситуации агрессивной вспышки дома, разделите ответственность за конфликт;
* - скажите ребенку что вы его по-прежнему любите;
* - после отреагирования негативных чувств, обнимите ребенка, дайте ему понять, насколько для вас важно то, что с ним происходит;
* - расскажите о том, что в вашей жизни были подобные ситуации, что чувства ребенка вам знакомы, вы тоже переживали подобное.

**5. Возможность получить совет**

Часто дети и подростки просто не знают, как можно повести себя в той или иной ситуации. Агрессорам нужен ваш совет, готовность помочь, а не гнев и наказания.

**Детская гиперактивность и расстройства внимания.**

 Из всех детей с теми или иными проблемами развития и поведения, направляемых школой или детским садом к детскому психологу, большую часть составляют беспокойные дети. Таких детей принято весьма условно и не всегда обоснованно характеризовать термином гиперактивный ребёнок.

 Однако, при психоневрологическом обследовании (с помощью психолога и невропатолога), диагноз гиперактивность подтверждается лишь для части детей школьного возраста.

Гиперактивность-это скорее исторически сложившееся название для целой группы различных видов расстройств внимания, которые не обязательно должны сопровождаться моторным беспокойством.

Общим для диагнозов является расстройство внимания.

 Многие из так называемых ''беспокойных'' детей, демонстрирующих похожую на гиперактивность клиническую картину, оказываются подвержены совершенно другим расстройствам, не связанным с проблемами внимания.

 В связи с тем, что выделить функцию внимания ''в чистом виде'' из всего спектра психических процессов очень сложно, измерение и установление границ расстройства внимания на практике являются достаточно условными. И если у

ребёнка имеется какая-либо из проблем внимания, то это отрицательно сказывается на всех умственных и эмоциональных процессах, свойственных детскому организму, а также часто сопровождается различными отрицательными формами поведения, в том числе и гиперактивностью.

При изучении проблемы внимания исследуются 4 основные параметра:

1. Способность концентрации внимания, которая, в свою очередь, подразделяется на

автоматическую способность концентрации внимания (непроизвольное внимание) и осознанно управляемую (произвольное внимание).

1. При этом, важной характеристикой является способность не только включения внимания,

но также и его отключения. Детям с проблемами отключения внимания трудно переходить от одного задания к следующему. Особенно трудно для таких детей переписывать с доски.

1. Способность удержания внимания в течение времени.
2. Способность выборочного внимания. Здесь речь идёт о способности ребёнка изменять

интенсивность внимания в соответствии со степенью важности принимаемой им информации.

1. Состояние развития системы слежения и контроля. Достаточно развитая система

слежения и контроля позволяет ребёнку принимать взвешенные и верные решения в различных конфликтных ситуациях, быть достаточно гибким в использовании ресурсов внимания (концетрация, рассеивание и раздвоение и др.), в соответствии с изменением ситуации.

 Все перечисленные параметры внимания очень зависимы от степени мотивации ребёнка и от его эмоционального и физического состояния (голод, усталость и т.п.)

**Рекомендации по устранению проблем расстройства внимания у детей школьного возраста**

1. Родители ребёнка должны прежде всего понять его проблему, принять его таким, какой он есть и не сердиться на него.
2. Должны осуществляться постоянная и оперативная связь между семьёй и школой, а также оказание систематической помощи ребёнку в выполнении заданий.
3. Медикаментозное лечение. Внимание!
4. Консультации и психотерапевтические занятия с целью коррекции поведения ребёнка.
5. Проведение систематических занятий по улучшению навыков ребёнка в обучении, по развитию у него памяти и внимания.