

"Симптоматические" рекомендации в психологическом консультировании детей и подростков¹

"Симптоматические" рекомендации требуются в тех случаях, когда у ребенка имеется какая-либо локальная проблема. Она может относиться к когнитивной или эмоционально-личностной сфере, к поведению, к сфере общения. Подчеркнем, что подобные рекомендации даются не в ответ на соответствующую *жалобу* клиента, а только после того, как консультант убедится (с помощью наблюдений, обследования и т.п.) в том, что данная психологическая проблема действительно существует. Это важно в связи с тем, что клиент далеко не всегда правильно осознает подлинные причины тех или иных трудностей. Например, жалоба на плохую память ребенка в действительности может объясняться не нарушениями памяти, а снижением учебно-познавательной мотивации или же завышенными ожиданиями родителей.

В подавляющем большинстве случаев "симптоматические" рекомендации должны быть дополнены индивидуализированными, направленными не на отдельные частные проявления, а на стоящие за ними более общие причины. Это соответствует и системе применения симптоматических средств в медицине. Так, давая больному лекарство для облегчения кашля, врач, вероятно, назначит и общее лечение для преодоления заболевания, вызвавшего этот симптом.

Локальные проблемы в умственном развитии

Нарушения памяти

Если в психологическом обследовании обнаруживаются нарушения памяти, то необходимо тщательно проверить степень сохранности различных ее видов: слуховой, зрительной, двигательной, смысловой. Это послужит основой для рекомендаций. Так, если наиболее сохранна слуховая память, то нужно посоветовать, чтобы ребенок читал вслух материал, подлежащий запоминанию. При недостаточной технике чтения надо, чтобы текст читал не он сам, а кто-либо из взрослых - иначе усилия, затрачиваемые на сам процесс чтения, будут отвлекать его от запоминания материала. Большую помощь в запоминании может оказать также использование магнитофона (диктофона). Если более всего развита зрительная память, то нужно максимально использовать разнообразные средства наглядности. При преобладании двигательной памяти следует рекомендовать ребенку кратко записывать (конспектировать) материал, который нужно запомнить. Этот метод наиболее подходит для подростков: для младшего школьника конспектирование может оказаться непосильной задачей.

При нарушениях памяти родителям и, особенно, учителям, следует порекомендовать особо внимательно относиться к отбору материала, предлагаемого ребенку для заучивания. Надо постараться минимизировать его объем, добиваясь не дословного запоминания, а общего понимания материала. В тех случаях, когда все же требуется дословное заучивание, нужно проводить его маленькими порциями, добиваясь полного выучивания каждой такой порции, прежде чем переходить к следующей. Например, заучивая стихотворение, удобно учить его по одному четверостишию (не пытаясь повторять все стихотворение целиком). Однако перед началом выучивания нужно подробно разобрать с ребенком развитие темы, чтобы впоследствии четверостишия не менялись местами.

Все эти советы относятся к тому, как построить обучение с учетом недостатков памяти. Другое направление рекомендаций связано *компенсацией* дефекта. Прежде всего нужно объяснить клиенту (родителю или учителю), что простая тренировка практически не помогает улучшить память. Зато можно многого достичь, используя разнообразные мнемонические приемы. Во-первых, полезно учить ребенка образно представлять себе то, что требуется

¹ Венгер А.Л. "Психологическое консультирование и диагностика". Изд-во: «Генезис». Год издания и номер журнала: 2004, №3

запомнить, привлекать самые разнообразные ассоциации. Во-вторых, можно использовать для обучения методику "пиктограмма". В ее учебном варианте, в отличие от диагностического, ребенку предлагаются для запоминания не отдельные слова, а простые фразы (типа "Девочке подарили куклу"). Ребенок учится для запоминания каждой такой фразы делать какой-нибудь как можно более простой и схематичный рисунок. После того, как этот прием будет освоен на конкретном материале, следует давать фразы с более отвлеченным значением (например, "Учиться никогда не поздно"). В результате подобных занятий действие по подбору подходящего схематического образа интериоризуется, автоматизируется и в дальнейшем начинает осуществляться ребенком во внутреннем плане, без создания соответствующего рисунка.

Нарушения внимания и самоконтроля

Основное направление рекомендаций при расстройствах внимания и нарушениях самоконтроля - это техники формирования операций проверки и оценки своей работы. Вот схема одного из простейших, доступных любому взрослому приемов формирования контрольных операций у невнимательного ребенка.

Сначала взрослый пишет небольшие тексты (желательно, занимательные для ребенка) с множеством грубых ошибок. Нельзя делать ошибки на орфографические правила, еще неизвестные ребенку. Можно использовать не только орфографический, но и математический материал: выписывать столбики примеров с решениями, примерно треть которых неверна. Ребенок должен выполнить роль учителя: красным карандашом исправить ошибки.

После того, как ребенок научится находить по крайней мере половину ошибок, сделанных взрослым, ему предлагается взять на себя его роль: "Давай-ка теперь ты сам будешь делать ошибки. Сегодня спиши вот эти три предложения, но сделай в них побольше ошибок, чтобы завтра или послезавтра тебе было, что исправить. Только смотри, чтобы ты смог догадаться, что должно было быть написано. А то, если ты вместо "береза" напишешь "осина", то потом ты не догадаешься, что там было". Теперь ребенок сам пишет тексты с нарочитыми ошибками и на несколько дней откладывает эти задания самому себе, а потом проверяет собственную работу.

На третьем этапе самоконтроль, организованный в шутливо-игровой форме, переходит в серьезный, деловой самоконтроль домашних заданий (до этих пор домашние работы проверяют родители). Поручить ребенку проверить собственное домашнее задание следует лишь после того, как будут хорошо отлажены игровые приемы проверки. Самоконтроль должен быть сформирован заранее: привычку к постоянному контролю следует формировать лишь на фоне достаточно сформированной техники.

Нарушения планирования и организации деятельности

При расстройствах планирования и организации деятельности родителям рассказывается, как учить ребенка планированию своих действий. Планирование должно стать обязательным, но коротким этапом, предваряющим каждое действие. "В двух словах скажи, как будешь решать эту задачу" - подобными предложениями взрослый может побуждать ребенка к планированию действий. Однако, выделяя в каждом детском действии отдельный этап планирования как подготовки к действию, взрослый должен следить за тем, чтобы планы были реализованы, чтобы действие не подменялось его планированием.

Планировать следует не только умственные, но и бытовые, повседневные действия. Так, принимаясь за уроки, ребенок должен решить, в какой последовательности он их будет выполнять. Этот общий план нужно не только составить, но и материально закрепить: достать все, что нужно для приготовления уроков, сложить учебники и тетради на рабочем месте именно в той последовательности, которая намечена в плане.

Все организационные моменты деятельности должны быть доведены до автоматизма, а подобные локальные автоматизмы позволяют выделить островки упорядоченности в общем

хаосе поведения неорганизованного ребенка. С чего начать, какой именно участок детской неорганизованности упорядочить и автоматизировать в первую очередь - приготовление уроков, утренний ритуал сборов в школу, вечернюю уборку игрушек, собирание портфеля, - это родители решат сами. Задача психолога в том, чтобы убедить их не хвататься за все сразу и не рассчитывать на быстрый успех, но последовательно отрабатывать каждый отдельный автоматизм. И понимать, что ребенок, не владеющий навыками самоорганизации, нуждается сначала в максимальной, а потом - в постепенно убывающей помощи взрослых. Но если ему все время трудно выполнять даже самые доброжелательные организационные требования взрослых, то он их выполнять не станет. Следовательно, завышены требования, взрослые торопятся, проявляют неуместное нетерпение. И, вероятно, не отдают себе отчета в том, что низкий уровень организации деятельности школьника - это расплата за их собственные педагогические опущения в дошкольном воспитании ребенка.

Замедленный темп деятельности

Если у ребенка замедлен темп деятельности, то эту особенность следует просто учитывать. Нельзя осуждать ребенка за медлительность, над которой он не властен. Следует понимать, что при его темповых характеристиках нужно регулировать объем работы. Следовательно, объем домашнего задания можно и нужно сокращать, стремясь к тому, чтобы выполненная часть задания была сделана хорошо, а не к тому, чтобы было сделано все, но скверно.

Психофизический инфантилизм

Основной "рецепт" состоит в том, что отношения родителей и педагогов с ребенком должны соответствовать его психологическому, а не паспортному возрасту. Консультант убеждает родителей в том, что взросление неминуемо наступит, что детскость - это быстро проходящий недостаток. Общая логика рекомендаций: оставить ребенка в покое, примириться с тем, что он в чем-то младше своих сверстников. Увидеть, что он реально может, а чего не может, и не требовать от него гораздо большего, чем то, на что он способен. К примеру, если ребенок, будучи по своему психическому складу настоящим дошкольником, в принципе не готов самостоятельно делать уроки, то их, тем не менее, надо делать, но, во-первых, вместе, а во-вторых, в игровой форме. Родители должны получить от консультанта подробные рекомендации по организации игровых занятий с ребенком, иногда даже в ущерб школьным домашним заданиям, ибо школьные навыки письма, чтения и счета легко осваиваются в игре, а освоение школьных требований самоорганизации и произвольности пока еще для ребенка недоступно.

Если инфантильный ребенок еще только должен начать учиться в школе (в соответствии со своим паспортным возрастом), то следует рекомендовать отложить начало обучения, поддержать его еще год в детском саду. В этом случае велика вероятность, что впоследствии проблем в учебе у него не будет. Иногда родителей нелегко убедить принять такое решение, особенно если по умственному развитию ребенок соответствует своему паспортному возрасту или даже опережает его. Тем не менее, и в этом случае общая "детскость" помешает ему успешно учиться в школе (возможно, трудности начнутся не сразу, но через некоторое время они почти неизбежны).

Если инфантильный ребенок уже учится в школе, то когда его оставляют на второй год это обычно только усиливает вторичные отклонения, о которых мы писали выше. Сам статус "второгодника" задает крайне неблагоприятную позицию как в глазах самого ребенка, так и в глазах его соучеников. По той же причине крайне нежелательно обучение инфантильного ребенка в специальной школе (для детей с задержкой психического развития, с нарушениями обучаемости или, тем более, для умственно отсталых). Перевод в подобную школу практически означает превращение временных и преодолимых трудностей в окончательные и непреодолимые.

Локальные эмоциональные и личностные проблемы

Повышенная тревожность

Первая и важнейшая рекомендация при повышенной тревожности состоит в том, что ребенку необходимо обеспечить ощущение своей успешности. Нельзя допускать, чтобы он был замкнут на своих неудачах. Ему нужно найти такую деятельность, в которой он способен самоутвердиться. Ощущение успеха - лучшее лекарство от повышенной тревожности. Кроме того, ребенок должен чувствовать себя защищенным, знать, что при необходимости взрослые (прежде всего, родители) обязательно придут ему на помощь. Если родители сами не уверены в себе, полны опасений и беспокойства, то надо, чтобы они, по крайней мере, не демонстрировали свою неуверенность ребенку, не делились с ним своими страхами.

Для того, чтобы чувствовать себя спокойнее в различных ситуациях, представляющихся тревожному ребенку небезопасными, можно воспользоваться такой классической культурной техникой как *талисман*. Лучше всего, если консультант расскажет об использовании талисмана ребенку и родителям вместе. Полезно напомнить о том, что люди во все времена пользовались талисманами. Их брали с собой на охоту в древние времена, их носили солдаты, уходящие на войну, да и сегодня люди, особенно нуждающиеся в успехе (летчики, спортсмены, солдаты, каскадеры) ими не пренебрегают.

Объясните, что талисман всегда дарит какой-нибудь очень близкий, любящий и любимый человек - и поэтому талисман напоминает об этом человеке, придает ощущение того, что этот человек рядом с тобой, что он помнит о тебе и поддерживает тебя. Если ребенок достаточно взрослый, то ему можно рассказать о принципе ассоциации (или условного рефлекса): талисман вызывает воспоминание о близком и/или особо значимом человеке по ассоциации. А это воспоминание успокаивает, снимает волнение. В свою очередь, спокойное состояние сильно повышает шансы на успех. Поэтому, независимо от своих магических свойств, талисман приносит удачу (а если у него есть еще и магические свойства - тем лучше).

Талисман должен быть приятен и сам по себе. Для девочки подходящим талисманом будет красивый медальон или маленькая мягкая игрушка, удобно помещающаяся в кармане. Такая игрушка хороша и для маленького мальчика. Для мальчика постарше это может быть гладкий, красивый и приятный наощупь камешек. Если ребенок религиозен, то очень хорош освященный образок или крестик. В любом случае он должен быть подарен очень близким или особо значимым человеком - обычно это кто-либо из родителей.

Первое время талисман надо брать с собой в тех случаях, когда успех практически гарантирован: тогда в добавок к ассоциациям с близким человеком он "обрастет" также успокаивающими ассоциациями с удачей, успехом. Если же несколько раз подряд он окажется связан с неудачей (например, с плохо написанной контрольной в школе), то от него надо отказаться, по крайней мере на некоторое время, пока не забудутся ассоциации с неудачами.

Если в какой-либо очередной ответственной ситуации талисман окажется забыт дома, ничего страшного. Он вполне может выполнять свою защитную успокаивающую функцию и лежа дома - надо только почаще о нем вспоминать. Отнюдь не является трагедией и потеря талисмана. Она означает лишь, что его охранительная сила оказалась исчерпана - это тоже мотив, широко распространенный в культуре; быть может, ценой своего ухода талисман спасал вас от какой-то неведомой вам опасности (подобные игры с самим собой - обычная составляющая психологических техник саморегуляции).

Все эти объяснения - важный элемент техники работы с талисманом. Они должны быть даны ребенку и родителям убедительно, в понятных им словах.

Уровень тревоги тесно связан с состоянием центральной нервной системы. Для его снижения большое значение имеют различные водные процедуры. Это ванны со специальными добавками - морской солью или травами (сборы трав, оказывающие успокоительное действие на нервную систему, продаются в аптеках без рецепта). Очень хорошее действие оказывает теплый душ перед сном - но не горячий и не холодный (и тот, и другой возбуждают), а примерно температуры тела, приятный для кожи и ощущаемый как "нейтральный".

Детям дошкольного и младшего школьного возраста рекомендуются игры с водой. В ванную ставится таз или большая кастрюля с водой, и ребенку дают много мелких вещей, которые можно использовать для игры (черпачки, которыми можно "переливать из пустого в порожнее", спичечные коробки, которые можно запускать в роли корабликов, тряпочки, которые можно "постирать"...). Пусть ребенок возится в воде сколько ему захочется. Полезный эффект объясняется и вызываемым водой легким раздражением периферических нервных окончаний, и самой деятельностью, не предполагающей никакого результата, а потому не могущей оказаться неуспешной.

Очень полезны занятия спортом, особенно - плаванием.

При особо высоком уровне тревоги можно рекомендовать родителям обратиться к врачу (психиатру или невропатологу); медицина располагает широким арсеналом медикаментозных средств, снижающих тревогу. Это различные транквилизаторы. Назначать их может только врач, а ни в коем случае не психолог и не сами родители. Еще раз повторим, что этим путем следует идти только при *очень сильном* повышении тревоги. Злоупотреблять транквилизаторами нельзя. Во-первых, к ним со временем наступает привыкание, проявляющееся в повышении толерантности (снижении чувствительности) к ним; для достижения прежнего эффекта приходится повышать дозу, а при этом растут побочные действия, имеющиеся у всех без исключения транквилизаторов. Во-вторых, их использование препятствует выработке механизмов психологической защиты, которые формируются, если тревога преодолевается чисто психологическими средствами.

Страхи

Для борьбы с детскими страхами может быть предложена эффективная методика экспресс-коррекции "Уничтожение страха". Эту методику психолог применяет в присутствии кого-либо из родителей, который впоследствии будет при необходимости напоминать ребенку о показанном ему способе преодоления страха. Методика может проводиться с детьми, начиная со старшего дошкольного возраста (возрастных ограничений "сверху" она не имеет). Следует иметь в виду, что она мало эффективна в случае, когда страхи используются ребенком для привлечения к себе внимания взрослых (то есть в случае истероидной эксплуатации страхов).

Проведение методики включает пять этапов: предварительную беседу, создание изображения, уничтожение изображения, рациональное объяснение ребенку смысла показанного приема и релаксацию (последний этап повышает действенность методики, но не является обязательным). Проведение каждого из этапов варьируется в соответствии с возрастом ребенка, его психическим складом, состоянием, отношением к заданию и т.п.

I этап составляет беседа с ребенком о том, бывает ли ему страшно, если да, то чего именно он боится, не мешает ли ему что-либо спать... Беседа ведется в спокойном непринужденном тоне. Если страхи выявляются по данным психологического обследования или по рассказам родных, а сам ребенок не признает у себя их наличия, то можно рассказать ему, что маленькие дети всегда чего-нибудь боятся, и спросить: "А чего боялся ты, когда был маленьким?" Далее работа будет проводиться со страхами, которые теперь уже якобы отсутствуют, но имелись когда-то. Полезность этой работы можно объяснить тем, что иногда становится страшно любому человеку, даже вполне взрослому, а поэтому полезно научиться справляться со страхом.

II этап - обсуждение того, как можно изобразить (нарисовать) страх и последующее создание такого рисунка. Для этого нужны бумага и набор цветных карандашей или фломастеров. На этом этапе могут возникать следующие трудности.

* Ребенок отказывается от деятельности, утверждая, что он не сумеет нарисовать то, что нужно. В этом случае надо объяснить, что рисунок вовсе не должен быть хорошим. Наоборот, страхи лучше рисовать плохо, так как они сами плохи и незачем их украшать.

* Ребенок не называет конкретных страхов, так что не ясен предмет изображения. В этом случае можно рекомендовать один из двух приемов: а) персонификация страха в виде какого-либо очень неприятного, страшного животного или персонажа по выбору ребенка (этот

прием целесообразен при работе с рационалистичными детьми); б) абстрактный рисунок, непосредственно выражающий эмоциональное состояние (при работе с эмоциональными детьми). Рисунку может предшествовать обсуждение типа: "Как ты думаешь, какого цвета должен быть страх? какой цвет ему больше подойдет?" и т.п. При продолжающихся затруднениях может быть дан образец рисунка: "Я бы, наверное, стал рисовать страх вот так", - с этими словами психолог проводит несколько резких черных штрихов, или сажает на лист кляксу черных чернил, или еще как-либо создает бесформенное черное пятно. Далее ребенок продолжает рисунок сам.

III этап - уничтожение рисунка. Прежде всего нужно получить от ребенка признание того, что на рисунке действительно изображен его страх (настоящий или имевшийся раньше, "когда он был маленьким") - и, следовательно, теперь этот страх не внутри (в голове, или в сердце, или в груди), а снаружи. А значит, теперь его легко прогнать, уничтожить: для этого достаточно разорвать рисунок. Ребенку предлагают проделать это.

В то время, когда ребенок разрывает рисунок, психолог проводит косвенное внушение, эмоционально комментируя его действия: "Вот так, рви на мелкие кусочки, чтобы ничего не осталось! Чтобы страх совсем ушел и никогда больше не возвращался. Рви еще мельче - чтобы все страхи сами тебя испугались и убежали. Вот так! Чтобы от страха совсем ничего не осталось!" и т.п. Если ребенок скован, заторможен, то в разрывании рисунка может принять участие психолог ("Я тебе помогу выгнать страх, чтобы он ушел и никогда больше к тебе не возвращался!").

После того, как рисунок разорван, психолог собирает обрывки, подчеркивая, что собирает их все до единого, чтобы ни одного не осталось. Скомкав обрывки, он энергичным жестом выбрасывает их ("Вот так, чтобы совсем ничего не осталось!"). Все это проделывается эмоционально, серьезно и сосредоточенно.

IV этап - рациональное объяснение ребенку смысла показанного ему приема. Ребенку объясняют, что теперь он знает, как прогонять страх. Значит, если ему снова станет страшно, то он не будет бояться, а просто нарисует свой страх и прогонит его, как он это сделал только что. Для этого даже не обязательно на самом деле рисовать и рвать рисунок - достаточно только представить себе, как ты это делаешь. Рационалистичным детям (особенно подросткам) полезно представить всю процедуру как психотехническое средство, сделав акцент на том, что это техника, помогающая человеку управлять самим собой, своим душевным состоянием.

V этап (не обязательный) - релаксация, сопровождаемая внушением в бодрствующем или дремотном состоянии. Внушение включает две основные темы, повторяемые несколько раз с разными вариациями:

* Страх преодолен и больше не вернется. Теперь ребенок ничего не будет бояться, будет спокойно спать.

* Ребенок знает, что делать, если ему вдруг снова станет страшно: он легко сможет прогнать страх, нарисовав его и разорвав рисунок или только представив себе, как он это делает.

Не следует смущаться тем, что эти темы противоречат друг другу. Дети подобных противоречий не замечают, особенно в состоянии релаксации, снижающем уровень контроля. Указать на возможность возвращения страха необходимо, так как иначе первое же появление этого чувства снимет эффект коррекционной работы.

Сниженное настроение, субдепрессия

При сниженном настроении ребенка, субдепрессии родителям можно показать и рекомендовать для последующего регулярного проведения технику "Обогащение рисунка", относящуюся к арсеналу средств арттерапии. Она применима к детям, начиная с младшего дошкольного возраста и не имеет возрастных ограничений "сверху". Ее психокоррекционное действие основано на актуализации эмоциональных представлений, ассоциированных с разными цветами и цветовыми сочетаниями.

Ребенку предлагают нарисовать цветными карандашами то, что он захочет. По ходу рисования задаются вопросы, побуждающие его развивать сюжет рисунка, обогащать палитру используемых цветовых тонов. Если вопросы не помогают достигнуть этого результата, то даются прямые указания: "Давай рядом с домом нарисуем мальчика, который вышел погулять",

"Давай сделаем одежду яркой, разноцветной" и т.п. Задача состоит в возможно более детализированном развертывании сюжета, повышении плотности и яркости цвета, выразительности цветовых сочетаний, использовании широкого разнообразия цветовых тонов (преимущественно теплых - от красного до зеленого).

При работе со школьниками и старшими дошкольниками целесообразно сочетать эту методику с сочинением истории (сказки), сюжет которой отталкивается от первого рисунка, а в дальнейшем иллюстрируется следующими.

Эффективность методики может быть повышена благодаря предшествующей релаксации, создающей благоприятный исходный эмоциональный фон. В свою очередь, "обогащение рисунка" способствует стабилизации этого фона.

Астения

В работе с астенизированным ребенком важно строго дозировать нагрузки. В любых занятиях (особенно - связанных с умственной деятельностью) надо делать достаточно частые перерывы, чтобы ребенок мог отдохнуть. Эти перерывы должны быть заполнены либо активными движениями (типа игры в мяч), либо релаксацией. Родителям следует показать простейшие приемы релаксации. При особо сильной астении нужно уменьшать количество задаваемых ребенку домашних заданий. Рекомендуется также предоставлять ему дополнительный выходной день посередине учебной недели.

При астении особое значение приобретает правильная организация режима дня, достаточно продолжительный сон. Все занятия должны быть сосредоточены в первой половине дня. Для восстановления благоприятного состояния нервной системы рекомендуются водные процедуры (смотри рекомендации при повышенной тревожности), занятия спортом (особенно - плаванием), контроль за тем, чтобы ребенок как можно больше времени проводил на воздухе и получал достаточное количество витаминов.

Для астенизированного ребенка любой раздражитель оказывается как бы более сильным, чем для других детей. Желательно оберегать его от чрезмерно сильных впечатлений (не кричать на ребенка, не позволять ему смотреть фильмы ужасов, стараться избегать травмирующих ситуаций типа похорон или поминок и т.п.).

Повышенная демонстративность

Важно, чтобы родители и учителя понимали, что у ребенка повышена потребность во внимании к себе и что нужно найти формы, в которых она могла бы успешно удовлетворяться.

Удовлетворить ненасытную потребность демонстративного ребенка во внимании к себе бывает очень непросто. Необходимо найти сферу, в которой он может реализовать свою демонстративность. Для этого наиболее пригодны различные виды художественной деятельности (в широком смысле слова). Выражая себя в творчестве, ребенок тем самым привлекает внимание окружающих к своим эмоциональным проявлениям, фантазиям и т.п. Желательно, чтобы эти занятия были коллективными (кружок, студия). Для демонстративного ребенка особо благоприятны, а иногда практически незаменимы театральные занятия. Такой ребенок все время играет какую-то роль - вот и надо дать ему играть ее не в жизни, а на сцене. При этом нет необходимости специально заботиться о его успешности. Он почти наверняка сумеет добиться успеха на сцене и без чьей-либо помощи: актерство - его стихия.

Однако если высокая демонстративность сочетается с нарушениями общения или с повышенной тревожностью, то рекомендовать ребенку сцену приходится с большой осторожностью. Если у него недостаточна уверенность в себе, высока стеснительность, то на сцене он будет скован и не сможет выступать с успехом. А ощущение успеха, внимание, эмоциональная поддержка, - необходимые условия "лечебного" воздействия творчества. Поэтому в данном случае лучше рекомендовать какую-либо другую деятельность, связанную с искусством - скажем, кружок рисования или литературную студию (для подростков).

Необходимо помнить о склонности высоко демонстративных детей к аггравации (подчеркиванию симптомов любых имеющихся у них заболеваний) и об *опасности последующего развития по истерическому типу*. Если по рассказу родителей складывается впечатление, что ребенок действительно движется в этом направлении, то нужно изложить общие принципы отношения к заболеваниям. Их суть в том, что *лечение не должно быть*

приятным. Должны выполняться все необходимые лечебные процедуры, но любые развлечения во время болезни нужно предельно ограничить, чтобы болезнь ни в коем случае не становилась приятным времяпрепровождением. Напротив, когда ребенок здоров, надо стараться побольше с ним общаться и делать его жизнь как можно интереснее и насыщеннее событиями.

Слушая рекомендации психолога, родители и учителя нередко высказывают опасения в том, что при постоянном похваливании, повышенном внимании к детским успехам у ребенка может развиваться "самолюбие". Они боятся, что он может начать требовать к себе еще больше внимания, т.е. что его личностные особенности дополнительно обостряются. Приходится объяснять, что высокая потребность во внимании к себе - это не недостаток, а личностная особенность. Как и любая другая личностная особенность, она приводит к положительным или отрицательным проявлениям в зависимости от обстоятельств жизни ребенка. Складывается она очень рано и далее может развиваться либо естественно (если встречает понимание у окружающих), либо в извращенных формах. Ощущение успеха приводит вовсе не к "самолюбию", а к устойчивой позитивной самооценке, побуждающей ребенка мужественно преодолевать трудности и неудачи, добиваться реальных, а не воображаемых достижений.

В психологии хорошо известно, что загнанная внутрь, нереализуемая потребность во внимании к себе может породить одно из серьезных психических заболеваний - истерию. Обычно мы не рассказываем об этом родителям, боясь вызывать у них ненужные опасения, которые могли бы повредить нормальному воспитанию ребенка. Однако иным родителям - тем, кто слишком упорно настаивает на том, что "девочка должна быть скромной" или что "захваливать детей вредно", - психолог-консультант бывает вынужден описать и такой неблагоприятный сценарий. Иногда такое объяснение - это единственный путь привести их к пониманию того, какими проблемами чреваты для ребенка их педагогические взгляды.

Отсутствие познавательных интересов

Эта жалоба редко встречается в начале школьного обучения. Однако уже ко второму году обучения учебная мотивация и познавательные интересы снижаются у весьма многих детей. Разумеется, виноваты в этом не дети, а взрослые, создающие вокруг учебы атмосферу принудительности и безрадостности.

В этих случаях основная линия рекомендаций - разнообразные техники совместных занятий детей и взрослых, включающие познавательные элементы. Если в результате психологического обследования ребенка обнаруживается полное отсутствие у него познавательной направленности, то можно предположить, что взрослые никогда не вели с ним совместных познавательных занятий, а за этим часто скрывается отсутствие познавательных ценностей в семье. Однако, если консультанту удастся убедить родителей, что развитие познавательных интересов - это основное средство помощи их ребенку, то взрослые хотя бы на некоторое время могут "симулировать" отсутствующий у них самих познавательный интерес (например, живо заинтересоваться процессом роста растений и начать проводить совместно с ребенком соответствующие эксперименты).

Причина отсутствия познавательных интересов у ребенка бывает и обратной: когда родители, чересчур озабоченные его развитием, слишком рано и в неподходящих формах начинают "напичкивать" его знаниями, учить читать, писать и считать. Педагогически безграмотное обучение может прочно отбить у ребенка желание заниматься любыми подобными вещами. Выход в этом случае тот же: совместные занятия с познавательной направленностью, а не одностороннее обучение с позиции учителя, вдалбливающего знания нерадивому ученику.

Простейшие варианты совместных познавательных занятий с ребенком - это, например, наблюдение за прорастающими растениями (очень удобный и доступный объект для таких наблюдений - фасоль); фиксация изменений в природе, когда с ранней весны до поздней осени ребенок вместе с родителями, гуляя по ближайшему лесу, определяет по простейшему школьному определителю растения и записывает, какие новые виды цветов появляются каждую неделю; попытки самостоятельного прогноза погоды в соответствии с известными приметами, которые ребенок вместе с родителями отыщет в календаре природы; рассматривание разных

мелочей в микроскоп; наблюдения за домашними животными (с обязательными записями своих открытий); опыты с набором "Юный химик". Занятие (или несколько занятий) из предложенного набора или какое-либо самостоятельно изобретенное с учетом конкретных семейных условий становится первым мостиком, ведущим к восстановлению учебной мотивации.

Какой-либо кружок с познавательной направленностью может помочь взрослым компенсировать домашний дефицит познавательных ценностей. Особенно удачно, если в кружок ребенка введет кто-нибудь из более старших ребят, уже увлеченных астрономией, компьютерами, историей или насекомыми. Но совместные познавательные занятия должны носить характер вовлечения одного ребенка в сферу интересов другого, а не обычного "подтягивания" отстающего, скажем, по математике. Значимость общения со старшим ребенком может оказаться условием "запуска" познавательных мотивов. Местом совместных занятий детей не обязательно должен быть кружок; дома родители могут устраивать для детей нечто вроде "клуба по интересам", в котором сами принимают посильное участие.

Локальные поведенческие проблемы

Гиперактивность

Повышенная возбудимость гиперактивного ребенка порождает немало трудностей. Такой ребенок нуждается в постоянном контроле. Однако этот контроль не должен выражаться в замечаниях и "чтении нотаций". Он должен обеспечивать полезные направления для приложения детских сил и энергии, то есть идти не по пути ограничения активности, а по пути ее продуктивного использования. Особенно полезны такому ребенку занятия спортом. Из наиболее подходящих видов спорта можно назвать плавание, снижающее возбудимость нервной системы, и восточные единоборства, прививающие навыки самоконтроля и самодисциплины (конечно, если тренер не ограничивается их чисто внешней стороной). Вообще, формирование самоконтроля и организации деятельности - важнейшая задача для такого ребенка.

Гиперактивный ребенок нередко оказывается в ситуации постоянного наказания, так как не проходит пяти минут, чтобы он не совершил чего-либо недозволенного. Из этого следует только один вывод: все мелкие нарушения должны оставаться без внимания и уж, во всяком случае, не должны влечь за собой наказания.

Нередкой основой гиперактивности бывает повышение внутричерепного давления. Его внешние признаки - это "дынеобразная" форма головы с преобладанием черепной части над лицевой, выпуклый лоб, выраженная венозная сеть на висках и иногда - на переносье. При наличии таких признаков следует рекомендовать консультацию невропатолога.

Ложь

При жалобе на то, что ребенок часто лжет, надо, прежде всего, помочь клиенту осознать чрезвычайную распространенность подобного поведения как среди детей, так и среди взрослых. "А Вы никогда не просите мужа (жену) сказать по телефону, что вас нет дома, когда в действительности просто почему-либо не хотите подойти? Никогда не говорите, что опоздали из-за задержки транспорта, хотя на самом деле причина была какой-либо иной? Никогда не ссылаетесь на плохое самочувствие или болезнь, будучи вполне здоровы? Если нет, то это значит, что Вы представляете собой редкое исключение. А вот ваш ребенок следует общему правилу, и в этом нет ничего страшного".

Следующая группа советов относится к общему построению взаимоотношений с ребенком. Если он особенно много лжет, то это обычно признак того, что родители стараются чрезмерно его контролировать, и ему приходится отстаивать свою самостоятельность посредством лжи. В этом случае нужно убедить родителей снизить уровень контроля, предоставить ребенку больше самостоятельности, чтобы ложь перестала быть ему нужна. Аналогично, если ложь порождена завышенными требованиями и, соответственно, частой негативной оценкой действий ребенка, то нужно рекомендовать родителям сменить подход к ребенку, перестать его ругать.

В некоторых случаях впечатление лживости создается в результате гипертрофированного развития воображения. Оно часто отражает склонность ребенка к

защитному фантазированию. Такая ложь не направлена на получение какой-либо выгоды, она "бескорыстна" и должна восприниматься как своего рода произведение искусства (каковым в этих случаях она, по существу, и является).

Воровство

Жалобы на детское воровство весьма распространены. И это - первое, что нужно объяснить родителям. Обычно они считают, что столкнулись с редким и оттого особо тяжелым отклонением в детском развитии. Это представление вызвано тем, что рассказывать о воровстве собственного ребенка не принято, а следовательно, родителям не приходилось слышать об этом от своих знакомых. Чтобы они это осознали, полезно выяснить у них: "А вы сами рассказали своим знакомым о том, что ваш сын ворует? Нет? Вот видите, и они вам не рассказывают".

Многие жалобы на детское воровство просто неадекватны. Так, если подобная жалоба относится к дошкольнику, то ее правильная формулировка должна быть совершенно другой: "Ребенок берет вещи без спроса" (или "Берет вещи, которые ему запретили брать"). Дело в том, что под воровством принято понимать сознательное нарушение соответствующей моральной нормы, тогда как дошкольники еще вообще не владеют моральными нормами. Относиться к "воровству" дошкольника следует так же, как и к любым другим его проступкам; этот проступок ничуть не более серьезен, чем любое баловство.

Чем бы ни были вызваны кражи и в каком бы возрасте они ни совершались, родителей надо предостеречь от обвинений типа "ты вор" или "из тебя вырастет вор" и т.п. Вообще, желательно отказаться от использования слов "вор", "воровство", "кража" и использовать более мягкие выражения: "брать чужое", "взять то, что тебе не принадлежит" и т.п. Иначе у ребенка может сложиться негативная самооценка, которая будет побуждать его к дальнейшим правонарушениям ("Раз я все равно уже вор, то я и дальше буду воровать").

Другой аспект поведения родителей должен быть связан с предотвращением возможности воспользоваться украденными деньгами или вещью, получить от этого удовольствие. Например, если ребенок вытащил у мамы из кошелька деньги и успел их потратить, то надо отменить ближайшее запланированное развлечение или предполагавшуюся покупку желанной вещи: предназначенные для этого деньги уже потрачены. Если пропажа обнаружилась вовремя и деньги были возвращены, то отменять развлечение или покупку не нужно, достаточно их на некоторое время отложить.

Если дома появляются вещи неизвестного происхождения, которые ребенок, по его словам, "нашел", то не надо устраивать разбирательства, выясняя, не украдены ли они у кого-либо. Однако в любом случае должно быть запрещено какое бы то ни было использование таких вещей (даже если они действительно найдены). Если неизвестно, кто владелец этой вещи и кому она должна быть возвращена, то родители могут забрать ее себе, выбросить или кому-нибудь подарить (но не позволять, чтобы ее дарил ребенок: это может стать для него слишком привлекательным).

В подростковом возрасте кражи иногда служат для детей средством доставать деньги на наркотики. Поэтому при наличии жалобы на кражи рекомендуется в процессе обследования проверить, нет ли каких-либо указаний на то, что подросток употребляет наркотики (косвенными показателями служат выраженная антисоциальная тематика, признаки нарушения влечений, ярко выраженные эмоциональные нарушения).

Агрессия

Едва ли возможно просто редуцировать истинную агрессивность, за которой стоит направленность на разрушение. Но этой направленностью можно манипулировать, придавать ей социально приемлемые формы. Так, удастся канализировать действенную агрессию в вербальную (словесную), представляющую меньшую опасность для окружающих. Вербальная агрессия (например, замечания за проступки) - это вполне допустимая, социально разрешенная форма агрессии. И если у человека высокий, но "окультуренный" уровень агрессивности, то он просто любит делать окружающим такие замечания. Скажем, если девочка поколачивает своего

младшего брата, то полезно поручить ей следить за его поведением и делать ему замечания, когда он ведет себя неправильно; любая же физическая агрессия должна быть строго запрещена и должна оцениваться как полный провал возложенной на старшую сестру "педагогической миссии" (такая оценка будет для нее очень обидной и заставит в дальнейшем воздерживаться от рукоприкладства).

Еще более приемлемой формой сублимации истинной агрессии является направленность на преодоление, разрушение внешних препятствий. Однако необходимо не только найти общие пути канализации агрессивных тенденций, но и давать выход сиюминутной агрессии. Для этого существуют несложные приемы: позволить ребенку яростно рвать бумагу, резать пластмассовым ножом пластилин, совершать безобидные разрушительные действия, которые в приступе агрессии ребенок может делать долго и с наслаждением. Иногда родители опасаются, что предпринимаемые ребенком разрушительные действия приведут к развитию, усилению агрессивности. Надо объяснить им, что, напротив, разрядка агрессии снижает уровень ее напряженности. После такой разрядки полезны успокаивающие занятия, вроде игр с песком, водой и/или релаксация. И лишь после того, как непосредственный агрессивный импульс отработан, возможны совместные занятия, в которых разрушительные порывы ребенка можно переадресовать с партнера на внешние препятствия на пути к общей цели.

Для агрессивных мальчиков с выраженным маскулинным (мужским) типом ценностей целесообразно напрямую работать с идеалом "настоящего мужчины", подключая к прочим представлениям об эталоне мужественности такие качества, как сдержанность, владение собой.

При *защитной агрессии* рекомендуется, прежде всего, работа по обучению средствам общения (см. соответствующие рекомендации ниже). Кроме того, необходимо снять тревожность, чему способствует теплая эмоциональная атмосфера домашнего общения, душевный комфорт, ибо за защитной агрессией стоит ощущение небезопасности, угрозы внешнего мира. Канализировать защитную агрессию не нужно, так как у нее иная энергетика: агрессивное поведение побуждается не разрушительными, а оборонительными тенденциями. При выраженной защитной агрессии полезно обучать ребенка боевому искусству как целостному комплексу приемов самообладания, релаксации и самозащиты. Так можно придать мальчику, опасаящемуся нападения, уверенность в себе.

Проблемы общения со сверстниками

Родителям следует рассказать, как взрослый может целенаправленно строить общение небольшой группы детей. Поначалу ребенка надо учить общаться и сотрудничать с одним-двумя партнерами. Общий принцип участия взрослого в детском общении: как можно более незаметная помощь, подсказка в случае конфликта или выпадения из общего дела. Предположим, дети не могут сами придумать, чем им заняться. Тогда взрослый должен подсказать им какую-нибудь интересную игру. Как только они начали играть, он отходит в сторону, представляя дальнейшую инициативу им самим. Но вдруг снова возникает затруднение - например, двое ребят поспорили, кому из них достанется самая интересная роль. Тут взрослый снова вмешивается, помогает решить спор (скажем, предлагает ввести в игру еще одну не менее привлекательную роль) и снова отодвигается на задний план.

Детям проще всего общаться со старшим ребенком: он охотно берет на себя роль ведущего, и от остальных требуется лишь выполнение его указаний. Младшие почти никогда с этим не спорят, признавая безусловный авторитет возраста. Поэтому ребенку, у которого есть трудности в общении, полезно для начала обеспечить возможность контактов со старшими детьми. Следующий этап в развитии навыков общения - это контакты с младшими. Теперь уже он сам выступает в роли старшего, и авторитет возраста обеспечивает успех его пока еще не очень умелым попыткам организовать какое-либо совместное занятие. Самое трудное - это общение со сверстниками. Тут уж приходится самому находить "золотую середину" между командованием и подчинением, все время соотносить свои намерения с желаниями других детей.

Начиная с предпубертативного возраста можно рекомендовать, помимо игровых, рациональные средства анализа ситуаций общения, моделировать и разбирать с ребенком различные случаи конфликтов, искать способы их конструктивного разрешения.

Работа по преодолению тревожности должна осуществляться на нескольких взаимосвязанных и взаимовлияющих уровнях:

1. Обучение школьников приемам и методам овладения своим волнением, повышенной тревожностью;
2. Расширение функциональных и операциональных возможностей школьника, формирование у него необходимых навыков, умений, знаний и т. п., ведущих к повышению результативности деятельности, созданию "запаса прочности";
3. Перестройка особенностей личности школьника, прежде всего его самооценки и мотивации.

Рекомендации педагогу:

- Проводить работу, направленную на гуманизацию педагогического процесса.
- Развивать эмпатическое понимание, как основу диалога со всеми учащимися; создавать благоприятный психологический микроклимат в классе.
- Ориентироваться на организацию успеха ученика в учебной деятельности, путем опоры на его положительные качества.
- Формировать взаимоотношения со сверстниками, путем привития навыков жизни и деятельности в коллективе.
- Реализовывать задачи дифференцированного подхода к учащимся.
- Проверить обучаемость ребенка (задания с дозированной помощью педагога) с целью выявления сформированности элементов учебной деятельности, произвольной регуляции, опираясь на которые спланировать виды помощи дезадаптированным учащимся.

Рекомендации родителям:

- Создавать благоприятный психологический микроклимат в семье.
- Устранять эмоционально – психологические перегрузки.
- Создавать сферы деятельности, позволяющие компенсировать не всегда достаточно высокие успехи в обучении за счет успехов во внеурочной деятельности (кружки, секции и т. п.)
- Преодолевать инфантилизм воспитания в семье: гиперопека или гипоопека, неблагоприятные факторы, разрушающие положительную мотивацию учебной деятельности.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ ВАШЕГО РЕБЕНКА РАСЦВЕЛИ?

ДЛЯ ЭТОГО ИСПОЛЬЗУЙТЕ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ РЫЧАГИ ПОВЫШЕНИЯ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА:

постоянное поощрение творческой инициативы ребенка, его оригинальных идей;

- принятие любого творческого продукта независимо от его качества;
- привлечение внимания окружающих к творческим находкам ребенка;
- поощрение любых вопросов со стороны ребенка;
- отказ от критики ребенка и его идей;
- доброжелательность взрослого;
- личный творческий подход к решению проблем.

ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ ВАШЕГО РЕБЕНКА УГАСЛИ?

ДЛЯ ЭТОГО

относитесь к ребенку очень требовательно;
установите в семье жесткие правила;
культивируйте единообразие взглядов и привычек;
запрещайте ребенку рискованные действия;
требуйте беспрекословного подчинения воле взрослого;
беспощадно критикуйте все, что делает ребенок;
учите его делать все правильно, как вы хотите;
сравнивайте своего ребенка с тем, у которого получается лучше;
всегда оценивайте сделанное ребенком, как хорошее и плохое;
ограничивайте возможности самостоятельного принятия решений;
запрещайте и ругайте за инициативу.

УЧИМ ДЕТЕЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ

Зависимость маленького человека от старших главная особенность детства. Растить – это, значит, учиться все делать самостоятельно. Повзрослеть – это, значит, обрести самостоятельность. Помочь ребенку стать взрослым – одна из основных задач родителей.

Ребенок 5-6 лет в силах самостоятельно раздеться и одеться. Но ему нравится, когда с ним нянчатся. Совсем неплохо, если иногда – не очень часто – вы в чем-то поможете ему.

Всегда очень полезно наградить ребенка ласковыми словами за достигнутый успех. И наоборот, если вы упрекнете его в том, что он плохо сделал что-то сам, вы подорвете его веру в себя, но не научите его самостоятельности.

Настаивать или требовать от 5-6 летнего ребенка, чтобы он все делал самостоятельно – отнюдь не самый верный путь приучить его к самостоятельности. Истинная самостоятельность связана с определенным уровнем умственного развития, эмоциональной зрелостью, уравновешенностью и ответственностью.

Мы помним об этом, поэтому Мы не учим ребенка самостоятельности довольно распространенным способом: бросим, мол, его в воду, пусть сам выплывает. Мы будем приучать его к самостоятельности, тренировать и тщательно оберегать. Поможем ему почувствовать, что понимаем его тревогу, симпатизируем ему и всегда готовы оказать необходимую поддержку. Мы не сдерживаем стремления ребенка к самостоятельности. Мы помним, что делать за ребенка то, что он может сделать сам, означает отучать его от самостоятельности. Излишняя осторожность, опасение, что он что-нибудь разобьет или испортит, нехватка терпения, отсутствие времени – эти обычные причины, мешающие нашему ребенку проявить себя, мы будем устранять. Мы никогда не высмеиваем и не унижаем нашего малыша, если он проявил несамостоятельность, особенно в незнакомых обстоятельствах, перед чужими людьми.

Мы знаем, что такие слова, как плакса, трус, тряпка вызывает у ребенка ощущение, что его не любят, и к самостоятельности его не побуждают. Мы учим ребенка самостоятельности, понемногу прибавляя нагрузку, постепенно

преодолевая его неуверенность в своих силах. Конечно, некоторым детям требуется много времени, чтобы стать самостоятельными, но мы не позволим себе угнетать их упреками. И они научатся. А мы будем терпеливыми. Мы знаем, что все дети разные, и если мы хотим разных детей привести к одной и той же цели: научить самостоятельности, то должны к каждому найти свой подход. Не существует одного безошибочного рецепта, необходимо хорошо знать ребенка и исходить из его возможностей.

Создать у ребенка настрой на самостоятельность – задача родителей. И они тем более преуспеют в этом, чем активнее сами будут показывать хороший пример.

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ВОРОВСТВА

Ребенок может совершить воровство спонтанно или заранее его продумывать и подготавливать. Родители могут предполагать о склонности ребенка или не знать о ней. Каждый из этих случаев требует особых способов предупреждения. Но существуют такие меры профилактики, которые эффективны вне зависимости от конкретного случая.

С целью предупреждения детского воровства, родителям следует:

- исключать ситуации, когда ребенок остается один рядом с понравившейся ему чужой вещью;
- научить ребенка выражать просьбу поиграть с чужой вещью или посмотреть ее;
- спокойно отвечать на вопросы ребенка о воровстве, предположения о том, что произойдет, если он возьмет чужую вещь;
- скрывать свою постоянную тревогу относительно того, что ребенок может совершить воровство, не транслировать ребенку свою тревогу, не «наказывать заранее»;
- за высказывание ребенком желания взять чужую вещь не наказывать, а четко объяснять ему нежелательность такого поступка и его последствия;
- если ребенок «тянется» к чужой вещи, необходимо четко запретить ему это, и оказать эмоциональную поддержку: запрет оказывается для ребенка неприятной ситуацией, поэтому необходимо посочувствовать ему и научить справляться со своим разочарованием;
- осуществлять некоторую «вещественную компенсацию» лишения ребенка чужой вещи. Сделать это целесообразно не в самой ситуации запрета брать чужое. А позже, когда ребенок успокоится, чтобы это не явилось «покупкой» послушания и основой для формирования у ребенка навыка добиваться своего угрозой украсть чужое;
- в доступной пониманию ребенка форме, реагировать на любые его стремления взять что-то, не принадлежащее ему: случайно найденное на улице, в транспорте и пр. Если ребенок захочет оставить у себя найденную вещь, аргументируя тем, что «это никому не нужно», объяснить, что, во-первых, если это понадобилось ему, то, следовательно, может понадобиться и кому-то другому.

Во-вторых, если вещь найдена на улице, то она кем-то потеряна, и ее надо либо вернуть, либо оставить там же, чтобы хозяин мог, возвратившись, найти ее. Если на это ребенок возразит, что в таком случае ее возьмет кто-то другой, а не хозяин, то необходимо объяснить ребенку, что в таком случае не он, а другой человек поступит нечестно. Подобные действия ребенка являются «предворовством». Они не всегда привлекают внимание родителей и могут перерасти в настоящее воровство;

- предотвратить или устранить чувство «заброшенности» и одиночества у ребенка. Это чувство связано с переживанием обиды и желанием отомстить и компенсировать себе недостаток любви и внимания других.