

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ

Почему дети такие разные? Одни бойкие и активные, другие — тихие и застенчивые. Одни с удовольствием идут в детский сад, играют со сверстниками, другие — плачут и с трудом привыкают к детскому коллективу.

Ответить на этот вопрос не так просто. Индивидуальные особенности детей определяются многими факторами. То, каким будет ребенок, зависит от врожденных особенностей — темперамента, типа нервной системы, физического здоровья; от условий жизни; от того, каких принципов воспитания придерживаются родители...

Ребенок может сильно отличаться от родителей, и тогда возникает естественное желание изменить его. Например, быстрой, активной маме трудно смириться с тем, что ее малыш делает все медленно. Она старается «перевоспитать» его, однако нередко результаты ее стараний оказываются прямо противоположными, поскольку некоторые качества изменить невозможно, да и не нужно. Важно уметь принимать малыша таким, какой он есть, помогая ему приспособиться к своим особенностям и жить с удовольствием.

Какие-то особенности зависят от возраста детей — например, в 3 года многие дети становятся особенно упрямыми и капризными, в 4—5 лет активно развивается воображение, и дети становятся фантазерами. Иногда следует просто запастись терпением и спокойно принимать происходящее с ребенком.

Однако некоторые особенности поведения напрямую определяются воспитанием в семье, и в этом случае важно хорошо представлять себе, как ваши методы воспитания, атмосфера в семье могут сказаться на ребенке.

### ВАЖНО ПОМНИТЬ О ТОМ, ЧТО:

#### не следует:

- Навешивать на ребенка «ярлыки» — «колуша», «застенчивый», «злой» и т.д.
- Пытаться изменить ребенка, сделать его таким, как вам хочется. Если ребенок родился медлительным, то вряд ли он станет активным и быстрым, как бы вам этого ни хотелось.
- Сравнивать ребенка с другими детьми.
- Кричать на ребенка, наказывать его за то, в чем он не виноват.

#### следует:

- Принимать ребенка таким, какой он есть, подчеркивать его достоинства, сильные стороны.
- Оказывать ему поддержку, помогая преодолевать трудности.
- Быть последовательным в воспитании, твердо осознавать, что вы разрешаете ребенку делать, а что запрещаете.
- Быть внимательным к нуждам и потребностям малыша.
- Осознавать, что со временем ребенок меняется и на каждом возрастном этапе ему могут быть присущи определенные особенности.

Вы можете помогать ребенку расти, ощущать себя хорошим и нужным, понимая и учитывая закономерности его развития и бережно относясь к его индивидуальности.



*Информация о различных индивидуальных особенностях детей с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в «Памятках», которые вы можете получить у психолога.*

# АГРЕССИВНЫЙ РЕБЕНОК

Ситуативные проявления агрессии, злости — естественны, хотя и пугают многих родителей. Ребенок не может быть злым от природы. За агрессивными проявлениями вашего малыша всегда стоят какие-либо причины, и злость — это естественное следствие каких-либо внутренних или внешних событий, которые происходят с вашим ребенком. Но иногда, если вовремя не помочь ребенку, агрессия может стать устойчивой формой поведения, превращаясь со временем в качество личности. Прежде чем запрещать или подавлять проявления злости, стоит разобраться в причинах, их вызывающих.

## Причины появления агрессивности

Они могут быть самыми разными: особенности центральной нервной системы ребенка (возбудимый тип); эмоциональная атмосфера в семье, особенности семейного воспитания, стиль детско-родительских отношений; примеры агрессивного поведения с телеэкрана, других средств массовой информации; компьютерные игры; эмоциональные стрессы и т.п. Возникновению агрессивных качеств способствуют и некоторые заболевания.

Такой ребенок нападает на остальных детей, обзывает и бьет их, отбирает и ломает игрушки, намеренно употребляет грубые выражения, провоцирует других, становится грозой всего детского коллектива, источником огорчений воспитателей и родителей. Его очень трудно принять таким, какой он есть, а еще труднее понять. Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Они часто не могут сами оценить свою агрессивность, не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Напротив, им кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те в свою очередь боятся их.

## ВАМ КАК РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО:

- 1. Выяснить причины агрессивного поведения ребенка.
- 2. Отдавать себе отчет в том, что злость ребенка не делает его плохим, обычно она — естественное выражение его неудовольствия; энергия, позволяющая защитить самого себя.
- 3. Обращать внимание на то, как вы и окружающие ребенка люди выражают злость, осознавая, какие именно модели выражения этой эмоции, скорее всего, будет копировать ваш ребенок.
- 4. Научить ребенка понимать собственное эмоциональное состояние и чувства других людей; выражать свой гнев приемлемыми способами; принимать на себя ответственность за свои поступки.



Информация об особенностях агрессивного ребенка с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в «Памятке», которую вы можете получить у психолога.

# ГИПЕРАКТИВНЫЙ РЕБЕНОК

Поведение гиперактивных детей характеризуется излишней подвижностью, импульсивностью, высокой эмоциональностью, суетливостью. Такой ребенок неуправляем, не реагирует на запреты и ограничения взрослых, в любых ситуациях ведет себя одинаково активно: крутится, бегает, шумит (дома, в магазине, детском саду, на улице). Быстро и много говорит, перебивает взрослых, задает много вопросов, но редко выслушивает ответы. Ему трудно сосредоточить внимание на чем-то одном, он, как правило, не доводит начатое дело или игру до конца. Часто провоцирует конфликты между детьми, не контролирует свою агрессию – толкается, дерется и т.п. Важно отличать гиперактивных детей от просто активных, легковозбудимых, демонстративных, эмоциональных. Это может сделать только специалист (психоневролог или психолог).

## Основные признаки гиперактивности

**Невнимательность.** Для таких детей характерна повышенная отвлекаемость, неумение сосредоточиться, концентрировать внимание.

**Повышенная активность.** Ребенок очень подвижен, неусидчив, постоянно находится в движении, к нему как будто подключили мотор.

**Импульсивность.** Ребенок не может ждать: начинает отвечать, не дослушав вопроса, не может дождаться своей очереди в игре и т.п., эмоционален, вспыльчив.

## РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ПОМНИТЬ, ЧТО:

- Ребенок не специально ведет себя так, чтобы доставить всем неприятности или кого-то разозлить. Он просто плохо управляет собственным поведением и эмоциями.
- Необходимо оберегать ребенка от переутомления, от избытка впечатлений (стараться не посещать с ним многолюдные места, ограничивать просмотр телевизора и т.п.), по мере возможности установить режим.
- Не следует запрещать активные действия, особенно в категоричной форме, нельзя кричать на ребенка — от шума, громкого голоса возбуждение только усиливается. Лучше направить его энергию в конструктивное русло, переключить на другое занятие, другую деятельность, по возможности предложить ему активно подвигаться.
- Воспитывать гиперактивного ребенка — огромная психологическая нагрузка для отдельно взятого родителя и для всей семьи, поэтому по мере возможности важно расширять круг знакомых и помощников, способных помочь ребенку в его деятельности и развитии.



Информация об особенностях гиперактивного ребенка с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в «Планетке», которую вы можете получить у психолога.

# РЕБЕНОК СО СТРАХАМИ

Детям свойственно бояться, поскольку они физически слабы, зависимы и не всегда способны себя защитить. В определенные периоды жизни страхи являются естественной реакцией на непонятное, неизвестное. Ребенок постепенно наращивает в себе способность и умение справляться с самыми разными ситуациями, представляющими для него угрозу. Однако некоторые дети испытывают навязчивые страхи (боятся собак, темноты и т.п.). Всем детям важно научиться обходиться со своими страхами, а тем, кому страхи существенно осложняют жизнь — особенно.

## Причины возникновения страхов

**Биологическая предрасположенность** — особенности свойств нервной системы ребенка — повышенная эмоциональная чувствительность, впечатлительность, ранимость. **Внутрисемейные причины** — высокая тревожность родителей; особенности воспитания — многочисленные запреты со стороны родителей, гнев и угрозы взрослых в адрес ребенка, запугивание; семейные конфликты, за которые ребенок чувствует вину. **Взаимоотношения со сверстниками** — детский коллектив не принимает ребенка, обижает его, он боится быть униженным. **Детская фантазия, развитое воображение** — нередко ребенок сам придумывает себе предмет страха. **Конкретный случай**, который напугал ребенка (например, укусила собака).

Существуют **типичные страхи**, свойственные детям в том или ином возрасте. В 2—3 года ребенок может бояться наказаний, боли, врача, громких звуков, замкнутого пространства, одиночества и особенно темноты. В 3—4 года появляются страхи, связанные с развитием фантазии ребенка, страх сказочных персонажей. У детей 6—7 лет (а иногда и раньше) может появиться страх смерти, своей или своих близких.

## КАК РЕАГИРОВАТЬ НА ДЕТСКИЕ СТРАХИ:

- Не стоит разубеждать ребенка, говорить, что бояться нечего. Он уже боится, и ваша логика ему не поможет. Мягкое реагирование на страхи ребенка, теплота и принятие, поддержка и понимание лучше и результативнее, чем убеждение.
- Не следует ругать или высмеивать ребенка за проявления страха — он почувствует себя еще более беспомощным и «плохим», замкнется в себе.
- Если ребенок хочет поделиться с вами, поговорите с ним. Страх уменьшается или даже исчезает, если есть с кем его разделить.
- Дети часто рисуют или проигрывают свои страхи. Игра и рисование позволяют прожить в воображаемой реальности волнующую и пугающую ситуацию, эмоционально отреагировать на нее.
- Лучше всего — быть рядом, когда ребенку страшно, расспросить его о том, чего он боится, что может случиться, вместе придумать способы (включая волшебные) справиться с этой ситуацией.

Информация о том, как помочь ребенку справиться со страхами изложена в «Памятке», которую вы можете получить у психолога.



# ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК

Тревога может проявляться у детей ситуативно (например, если предстоит или происходят какие-то важные перемены). Как правило, она связана с будущим, на которое дети или их родители смотрят сквозь призму негативных ожиданий. Ситуативная тревога естественна и свойственна многим людям. Но если ребенок тревожится часто, если это состояние становится устойчивым, то можно говорить о потенциальной возможности формирования у него тревожного характера.

## Признаки повышенной тревожности у детей

Суетливость, повторяющиеся мелкие движения (кручение волос, обгрызание ногтей, покачивание ногами и т.п.) или, напротив, мышечное напряжение, скованность; желание много говорить или, наоборот, напряженное молчание; трудности засыпания, сильное беспокойство перед началом важной или новой для ребенка деятельности; боязнь любых, даже незначительных, перемен; неуверенность в себе, отказ от новой деятельности («Я не смогу»), страх перед ситуацией оценивания.

## Возможные причины

В семье принят непоследовательный тип воспитания; вам также свойственно тревожное поведение, вы не уверены в себе, живете в ожидании негативных событий и последствий; вы требуете от себя и от ребенка безупречности, идеальности, совершенства (завышенные требования); ребенок пережил психологически травмирующее событие и т.п.

## РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ЗНАТЬ, ЧТО:

- Тревожных детей следует больше поддерживать, обращать внимание на их ресурсы и качества, позволяющие им справляться с теми задачами, которые ставит перед ними жизнь, повышать их самооценку.
- Ребенок должен не только понимать, но и постоянно убеждаться на собственном опыте, что вы его любите и будете любить вне зависимости от его достижений.
- Важно не предъявлять ребенку завышенных требований, не сравнивать его с окружающими.
- Необходимо быть последовательным в воспитании ребенка. Уверенность и психологическая устойчивость его родителей, основательность устройства семейной системы помогут ему чувствовать себя спокойно, снижат его тревогу.
- Если вы и члены вашей семьи смотрите на жизнь позитивно и уверенно: «Мы справимся со всем, что ни пошлет нам жизнь», то это послание непременно будет воспринято вашим ребенком, и он также вырастет в ощущении, что он — хорош и мир вокруг интересней и разный.



Информация об особенностях тревожного ребенка с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в «Памятке», которую вы можете получить у психолога.

# ЗАСТЕНЧИВЫЙ РЕБЕНОК

Такой ребенок послушен, ведет себя тихо. Он не хочет привлекать к себе внимание, его постоянно беспокоит, что о нем могут подумать, поэтому он может казаться образцом хорошего поведения. Однако сильная застенчивость мешает ребенку общаться со сверстниками и взрослыми. Застенчивые дети очень медленно и постепенно привыкают к новым для них ситуациям и окружению. Для них характерна низкая самооценка, что может привести к отказу от активности и развития своих способностей. К счастью, у большинства людей застенчивость уменьшается с годами, но тем не менее это не значит, что детям не нужно помогать в ее преодолении.

## Причины возникновения застенчивости

**Биологическая предрасположенность.** Некоторые дети от природы более чувствительны к критике и негативным ситуациям в общении. Обычно у таких детей один или оба родителя страдают от болезненной застенчивости. **Стрессовые события.** Часто застенчивость развивается вслед за травматическим событием, обычно связанным с публичным унижением ребенка. Кроме того, такими событиями могут быть и существенные изменения в жизни ребенка — переезд, переход в новый садик, серьезные проблемы в семье. **Характер общения в семье.** Причина застенчивости может заключаться и в том, что родители критикуют ребенка, предъявляют завышенные требования и ожидания по отношению к нему, стараются контролировать все аспекты его жизни. Либо в семье принят уважительный, деликатный стиль общения, и тогда любое повышение голоса или категоричные требования пугают ребенка и заставляют его замыкаться.

## КАК РЕАГИРОВАТЬ НА ПРОЯВЛЕНИЯ ЗАСТЕНЧИВОСТИ У РЕБЕНКА:

- 1 Застенчивому ребенку важно дать время, чтобы освоиться в новой ситуации. Только убедившись, что ему ничего не угрожает, он сможет успокоиться. Торопить робкого малыша бесполезно.
- 2 Не следует подталкивать ребенка к контакту с новыми людьми и тем более оставлять его одного в незнакомой обстановке. Можно спросить у ребенка о том, что его особенно пугает или тревожит, обсудить, как он может с этим справиться, что ему для этого нужно.
- 3 Важно следить за своими критическими замечаниями в адрес ребенка. Бесполезно читать нотации, нельзя кричать на ребенка. Нужно дать ему возможность почувствовать себя в безопасности, оказывая ему поддержку, спокойно реагируя на происходящее, заранее обсуждая с ним предстоящие события.
- 4 Для таких детей важна возможность побыть в одиночестве. Наедине с собой они отдыхают, играют, адаптируются и приспосабливаясь к сложным ситуациям, осмысливают и переживают происходящее.

Информация об особенностях застенчивого ребенка с подробными разъяснениями и рекомендациями изложена в «Памятке», которую вы можете получить у психолога.



