

НЕГАТИВНИЙ ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДИТИНИ

Діти плачуть, скиглять, капризують, гніваються - така поведінка більш характерна для малюків, які щойно прийшли у дитсадок. В цьому випадку важливим є те, щоб дорослий був завжди поряд. Пояснити дитині що ви краще її розумієте тоді, коли малюк не плаче і говорить звичайним голосом. Похваліть дитину, коли вона не плаче. Як тільки дитина починає говорити скигльчим голосом, відразу дорослому необхідно спинити її. Дитині, яка часто плаче, необхідно довести те, що вона може поплакати, скільки їй потрібно, але при цьому вона не повинна заважати іншим або хвилювати їх. Поговоріть з батьками, щоб спробувати визначити можливу причину такої поведінки дитини. Разом розробіть **план спільних дій**, а саме:

1. Запросіть практичного психолога або досвідченого колегу постежити за вашим спілкуванням з дитиною, щоб визначити, чи не заохочуєте ви ненавмисно таку поведінку
2. Уважно постежте, чи не проявляється така поведінка переважно в певний час дня, при взаємодії з конкретними дітьми або персоналом. Наприклад, перед обідом малюк може плакати тому, що зголоднів, в середині дня від втоми тощо. При необхідності внесіть зміни у ваш розклад, щоб задовольнити індивідуальні потреби дитини.
3. Також іноді у дітей адаптаційного періоду спостерігаються вибухи гніву. Така поведінка досить типова для наймолодших малят, але якщо це явище не зникло до трьох з половиною років, це привід для занепокоєння. Малюки, які тільки починають ходити, вибухають гнівом тому, що ще не можуть інакше висловити свої почуття та потреби. Вони ще не спроможні зрозуміти дорослий світ і діяти у ньому, тому роздратовані цим і дають вихід своїм емоціям у такий спосіб.
4. Причини емоційного стресу можуть бути найрізноманітніші: зависокі або занижкі вимоги і сподівання батьків, занедбаність дітей, жорстоке обходження з ними, сварки і напружені стосунки у сім'ї тощо.

5. Іншими можливими причинами вибухів гніву можуть бути медичні проблеми, надмірна розпещеність дитини, брак у неї соціальних вмінь або спеціальне заохочення до такої поведінки.

Щоб уникнути таких проблем дорослим необхідно: надавати дітям різноманітні можливості висловлювати свої емоції та почуття. Щоб діти краще себе почували і менше засмучувались, пропонувати їм широкий вибір видів діяльності, які вони можуть самі контролювати. Щоб заняття не були занадто складними для малят, вимоги до дітей повинні бути розумними та помірними, не примушуючи їх просто сидіти і слухати довше декількох хвилин. Дорослі повинні уважно стежити за ситуацією, коли дитина роздратована. Максимально обмежувати допомогу дорослого, щоб дитина навчалась діяти самостійно.

Рекомендації дорослим

- Ігноруйте дитячі вибухи гніву, якщо тільки вони не загрожують безпеці інших малят. Пам'ятайте, що мета такої поведінки – одержати те, що дитина хоче або не робити те, чого дитина не хоче. У будь-якому разі, як тільки ви приділите увагу цьому випадку (без різниці, позитивну чи негативну), прояви такої поведінки ще почастишають, адже ви зробите те, чого домагається дитина і заохотите її до подальших дій.
- Якщо ваші заняття перервав вибух гніву дитини швидко відведіть її у безпечне місце подалі від інших малят.
- Уважно простежте, коли вибухи гніву трапляються найчастіше і коли їх майже немає. Якщо необхідно, зробіть відповідні зміни у вашому розкладі чи оточенні кімнати. Якщо ці вибухи спричиняються спілкуванням лише з однією певною дитиною, розділяйте їх після декількох хвилин спілкування, щоб зменшити напругу між ними. Навчайте дітей толерантно відноситись один до одного.
- Зустріньтесь з батьками дитини, щоб з'ясувати можливу причину проблеми. Спробуйте разом виробити спільну стратегію її вирішення.

Порадьте батькам звернутись до фахівців, якщо запропоновані вище методи не покращать ситуацію суттєво.