

Памятка для воспитателей по теме:

«Дифференцированный подход к тревожным детям при организации совместной образовательной деятельности»



ТРЕВОЖНОСТЬ И ЗАСТЕНЧИВОСТЬ – это индивидуальная психологическая особенность.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОВЕДЕНИЯ ЗАСТЕНЧИВОГО И ТРЕВОЖНОГО РЕБЕНКА:

- испытывает страх перед чужими людьми и новой обстановкой
- его не видно в группе, старается найти укромный уголок, ведет себя тихо и незаметно
- послушен, с покорностью выполняет просьбу взрослого
- подвержен влиянию более активных сверстников
- очень скован, постоянно краснеет, когда к нему обращаются, смотрит в пол
- не отвечает, даже если знает ответ на вопрос, начинает заикаться
- голос очень тихий, односложная, неразборчивая речь
- скудная игровая деятельность, т.к. для него неразрешима даже самая простая житейская проблема - подойти к другому, попросить игрушку, договориться о совместной игре
- внешняя бесчувственность скрывает «бурю эмоций» внутри, он направляет негативную энергию на самого себя, в результате - тики, пощипывания, навязчивые движения, обкусывание ногтей
- мнение другого о себе для него очень важно, постоянно переживает о том, как его действия оценят взрослые
- находится в постоянном ожидании неприятностей, не ждет ничего хорошего от окружающих.

ПРИЧИНА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ:

Неадекватный стиль воспитания в семье, нарушение детско-родительских отношений, завышенные или противоречивые требования к ребенку.

КАК ВЫЯВИТЬ ТРЕВОЖНОГО РЕБЕНКА

Опытный воспитатель, конечно, в первые дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Однако, прежде чем делать окончательные выводы, необходимо понаблюдать за ребенком, вызывающим

опасения, в разные дни недели, во время образовательной деятельности и в свободной, в общении.

Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из нижеперечисленных критериев постоянно проявляется в его поведении.

КРИТЕРИИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У РЕБЕНКА (РАЗРАБОТКА АМЕРИКАНСКИХ ПСИХОЛОГОВ П. БЕЙКЕРА И М. АЛВОРДА).

1. Постоянное беспокойство.
2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.
3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).
4. Раздражительность.
5. Нарушение сна.

В ЧЕМ НУЖДАЕТСЯ ЗАСТЕНЧИВЫЙ И ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК:

1. Спокойно-доброжелательная атмосфера, эмоциональное тепло, поддержка.
2. Спорт (поможет расслабить напряжение, повысит уверенность в себе).
3. Щадящий режим.
4. Наличие домашних животных.
5. Психологическое сопровождение (индивидуальные и групповые занятия на повышение самооценки, снятие мышечного и эмоционального напряжения, отработке уверенного поведения).
6. Педагогическое сопровождение с учетом индивидуальных особенностей.

ПРАВИЛА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ТРЕВОЖНОГО, ЗАСТЕНЧИВОГО РЕБЕНКА:

1. Избегать соревновательных заданий, заданий на скорость.
2. Не сравнивать ребенка с другими детьми.
3. Использовать тактильный контакт (погладить по голове, руке). Это работает как сигнал поддержки, одобрения.
4. Включать в индивидуальную работу упражнения на релаксацию.
5. Использовать частую похвалу, при этом ребенок должен знать, за что конкретно его хвалят.
6. Чаще обращаться к ребенку по имени.
7. В групповых НОД нельзя спрашивать или вызывать для выполнения задания ребенка первым или в конце НОД. Желательно делать это в середине.
8. Сначала надо задавать вопросы о том, что ребенок уже хорошо знает, и постепенно переходить к более трудному материалу.
9. Не торопить с ответом, не повторять свой вопрос дважды и трижды, не прерывать ответы ребенка.

10. Давать ребенку престижные поручения (разложить картинки для игры и т.д.).
11. Предлагать ребенку выполнение задания, требующие принятия каких-либо решений, активного речевого общения с детьми.
12. При взаимодействии с ребенком опускаться до уровня его глаз, смотреть в глаза. Это вселяет доверие в душу ребенка.
13. При анализе НОД с детьми спрашивать других детей об их затруднениях при выполнении заданий. Ребенок сможет осознать, что у сверстников тоже существуют проблемы, сходные с его собственными.
14. Использовать физкультминутки.
15. Полезны:
 - упражнения на произвольное расслабление (сначала мышцы максимально напрягают, после чего тело просто «отпускается»)
 - игры - растяжки - для нормализации гипертонуса мышц
 - дыхательные упражнения - для развития самоконтроля
 - простейшие элементы массажа – рассказывание сказки, стихотворения на спине.
16. Стараться как можно меньше делать ребенку замечаний
17. Использовать в диалогах с ребенком прием «принятия ребенком на себя какой - либо роли». Это работает как барьер безопасности между ним и окружающими, помогает ему расслабиться.
18. В индивидуальной работе накануне НОД отрабатывать навык поведения, т.е. обыграть будущую ситуацию (например, будущего выступления) - «генеральная репетиция».
19. В коллективной деятельности выбирать для ребенка те задания, с которыми он наверняка справится.
20. Исключить громкие, резкие интонации. Обращаться к ребенку спокойным, ласковым тоном.
21. Можно задействовать сверстника-ассистента с развитой коммуникабельностью, доброжелательностью, который сможет привлечь ребенка в коллективную деятельность, вместе будут выполнять задание.
22. Если ребенок близок к панике - предложить медленно посчитать или глубоко вдохнуть и выдохнуть 2-3 раза