

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА,
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА**

**Помощь психолога детям
с затруднениями в учёбе**

М. Геворкян,
*психолог
Белоярского
городского
управления
образования*

Психолог достаточно прочно занял своё место в современной школе, и необходимость его деятельности не вызывает сомнения. В чём же специфика его работы в условиях освоения школами коррекционно-развивающего образования? Прежде всего, в том, что здесь школьному психологу в основном приходится работать с детьми риска, со всеми вытекающими отсюда социальными, психологическими проблемами. Положение усугубляется ещё и тем, что далеко не во всех школах есть логопеды, дефектологи.

Любой проблемный ребёнок — это ребёнок с той или иной формой школьной дезадаптации, нуждающийся в индивидуальном подходе в процессе обучения. Даже в гомогенном классе (т.е. относительно однородном по уровню психического развития детей) учитель испытывает значительные трудности при индивидуализации обучения. Тем более очевидно это в классах компенсирующего обучения, где обучаются дети с разнообразной и разнородной клинической патологией и психологическими проблемами. Краткое обобщение результатов психологических исследований позволяет в общих чертах обозначить основные факторы, способные стать причинами дезадаптации детей риска:

- ▶ Соматическая ослабленность (хронические, частые заболевания).
- ▶ Психические депривации (когнитивные, сенсорные, эмоциональные, социальные) и эмоциональные нарушения.
- ▶ Нейродинамические нарушения (нестабильность основных нервных процессов, гипер–гиподинамический синдром и т.д.).
- ▶ Нарушение психических функций (вследствие асинхронии формирования интеллектуальных процессов, парциальных нарушений различного генеза).
- ▶ Недостаточный учёт природных особенностей ребёнка в процессе обучения и воспитания (игнорируется тип нервной системы).
- ▶ Билатеральная сегрегация в обучении (система школьного обучения в плане переработки информации изначально нацелена на активизацию работы левого полушария, правополушарные дети автоматически попадают в разряд проблемных).
- ▶ Несформированность навыков учебной деятельности.

Все эти факторы имеют сложную структуру, и часто школьная дезадаптация ребёнка характеризуется несколькими факторами.

Вряд ли нуждается в доказательстве то, что в классах компенсирующего обучения даже при численности класса вдвое меньшем, чем в обычных, учителю необходимо искать (и постоянно!) формы психолого-педагогического подхода к учащимся. Ведь их адаптационные нарушения выглядят по-разному

имеют достаточно широкий спектр проявлений в зависимости от психофизиологических предпосылок, лежащих в их основе, от индивидуально-типологических черт личности школьника.

Как правило, запросы учителей психологу, работающему в коррекционных классах, формируются по двум направлениям. Наибольшее затруднение вызывают, во-первых, регуляция поведения проблемных детей, неадекватные поведенческие реакции, несформированность волевых установок, эмоциональная неразвитость и т.д. Во-вторых, трудности усвоения учебного материала. Задача психолога в каждом из этих случаев — определить путём углублённого психологического обследования, желательно с использованием нейропсихологических проб структуру адаптационных нарушений, спровоцировавшие их появление факторы; помочь учителю составить индивидуальную программу коррекции. Ни одна индивидуальная коррекционно-развивающая программа, составленная без участия психолога, не может претендовать на полноту и ёмкость содержания, стратегии и тактики индивидуального и дифференцированного подхода в процессе обучения. Более того, углублённая психодиагностика и психологический мониторинг в процессе учёбы позволяют выявить детей с подозрением на задержку в психическом развитии, детей с выраженными невротическими проявлениями. Это поможет вовремя проконсультировать их и начать лечение у специалистов, а если показано, сменить форму обучения на более адекватную (перевести в класс для детей с задержками психического развития, на индивидуальное обучение и т.д.).

Коррекционно-развивающую работу по развитию познавательной сферы детей лучше проводить учителю на уроках (что и предусмотрено методикой компенсирующего обучения). Роль психолога в этом случае состоит в подробном описании индивидуально-типологических особенностей детей, характера дефицитных функций у каждого из них, методов их коррекции. Не вызывает сомнения то, что коррекция идёт значительно успешнее, когда коррекционные методы внедряются непосредственно в учебный процесс.

Как правило, практически у большинства детей группы риска нарушены пространственное восприятие, концентрация и устойчивость внимания, способность к выполнению логических операций — анализа, синтеза и т.д. Их коррекция прекрасно ложится на материал по чтению, русскому языку, математике, рисованию, труду. Однако часто встречаются дети с более выраженными нарушениями и недостатками процессов памяти. Вот здесь-то и нужна направленная индивидуальная работа психолога со школьником.

Повторю: практически у всех детей группы риска есть трудности в эмоционально-волевой сфере. Учитель наблюдает их, следя за поведенческими реакциями, психолог же может помочь педагогу понять, откуда идёт проблема, каковы её истоки и механизмы возникновения.

Для каждого ребёнка с определённым видом нарушения эмоционально-волевой сферы психолог разрабатывает коррекционную программу, предусматривая участие в её реализации и учителя, и воспитателя группы продлённого дня, и родителей. В сложных случаях (признаки аутичности, страхи и т.д.) коррекционные занятия рекомендуется проводить с участием самого психолога.

Проводя работу со школьником, нельзя забывать и об учителе. Развитое самосознание учителя, способность его к саморегуляции, знание, как управлять своим поведением, помочь себе при стрессах необыкновенно важно в системе работы с учителями классов компенсирующего обучения. Как пишет член-корреспондент РАО И.В. Дубровина, «неправомерно и малоэффективно рассматривать здоровье детей вне здоровья педагогов во всех его аспектах: физическом, психическом, психологическом...! Дети, особенно проблемные, чрезвычайно чувствительны: любое изменение настроений и поведения учителя неизбежно сказывается на их настроении».

Школа — это место, где ребёнка учат не только грамоте, но и дают уроки жизни в обществе. Личность учителя чрезвычайно важна тем, что он для детей в этом возрасте — самый значимый взрослый — первый представитель социума для растущего человека, вступившего в сложный мир социальных взаимодействий. От того как сложатся отношения «учитель-ученик», зависит очень многое — от сформированности адекватной самооценки ребёнка до выработки поведенческих стереотипов реагирования на ту или иную жизненную ситуацию.

Школьная система так густо проросла авторитарностью, что до сих пор от неё не освободилась. Учитель часто не видит перед со-

бой уникальность ученика даже не потому, что не хочет, а потому, что не умеет это делать. Он искренне считает, что всё делает так, как надо, ведь и его самого когда-то тоже «так учили». А чтобы чувствовать ребёнка, осуществлять личностно-ориентированный подход, необходимо постоянно пополнять собственные ресурсы, углублять знания в области детской психологии, в собственном личностном развитии. Ведь только тогда, когда осмыслишь свои чувства, оценишь своё отношение к миру, к людям и к себе, только тогда поймёшь другого, почувствуешь его проблемы, сможешь учить, воспитывать, развивать.

Для этого есть специальные тренинги, которые рекомендуется проводить во время осенних, зимних и весенних школьных каникул. Учителя с удовольствием участвуют в них, получая моральную и психологическую подпитку, формируя мотивацию собственного развития, развивая рефлексию и эмпатию.

Не менее важна и другая часть работы психолога с учителем: повышение психологической компетентности педагога. Уровень психологической подготовки учителя в вузе недостаточен. Поэтому поле деятельности психолога здесь бесконечно. Это консультации (индивидуальные и групповые), семинары, выступления на педсоветах, психолого-педагогические консилиумы, психологический всеобуч, различного рода лектории и т.д.

В школу ребенок приходит из семьи, он постоянно живёт в семье. За его развитие и воспитание, в первую очередь, отвечают родители. А если ребёнок проблемный? Если по отношению к нему не работают традиционные воспитательные приёмы и подходы? Здесь тоже не обойтись без помощи психолога. Любой учитель, работающий совместно с психологом, скажет, что результативность бесед с родителями выше при участии специалиста, который грамотно, на доступном языке объяснит, как преодолеть те или иные трудности, какой тип семейного воспитания нужен ребёнку, какие ошибки наиболее часто допускают родители, как реагировать на те или иные поведенческие реакции ребёнка.

Очень многие вещи становятся для родителей открытием, в частности понятие о безоценочной любви к собственному ребёнку. Зачастую взрослые уверены в том, что в воспитательных целях зримо проявлять любовь нужно только тогда, когда ребёнок это заслужит, когда он «хороший», «хорошо себя ведёт». Они не понимают что для нормального развития у ребёнка всегда должна быть уверенность в том, что он нужен и любим, защищён любовью мамы и папы, что, даже ругая его за плохой поступок, родители всё равно его любят. Мы же наказываем детей отторжением. И часто говорим об этом с гордостью: ведь мы не бьём детей, мы люди цивилизованные! Но как же одинок бывает ребёнок в сознании собственной ненужности самым дорогим людям! Это только один, далеко не самый трагичный пример психологической некомпетентности мам, пап, бабушек и дедушек, с которым приходится сталкиваться психологу в повседневной консультационной деятельности с родителями. Родительские гостиные, психолого-педагогические

лектории, консультационные дни — все эти формы работы должны стать постоянными в условиях освоения школами различных форм коррекционно-развивающего образования.

Кроме того, в арсенале психолога есть специальные памятки, которые охватывают основные проблемы детей, с которыми обращаются к специалисту родители. Они позволят родителям найти наиболее оптимальные варианты при различного рода отклонениях в поведении ребенка. Советы достаточно просты и понятны. Некоторые из них приводим.

Эти советы помогут и классному руководителю в работе с родителями учеников. И не только проблемных. В какой-то мере все дети проблемны, ибо все — индивидуальны. С ними можно ознакомить родителей на классном собрании, и тогда разговор на нём станет предметным, и родители уйдут с собрания, обогащённые знаниями о своих детях.

ЕСЛИ ВАШ РЕБЁНОК РАССЕЯН...

- Принимайте ребёнка таким, какой он есть.
- Не ругайте за то, что он рассеян.
- Не ставьте рабочий стол ребёнка рядом с окном. Уберите с него посторонние предметы. Устраните шумы, способные отвлечь от интеллектуальной деятельности.
- Научите ребёнка планировать свою деятельность. При выполнении учебных заданий научите пользоваться алгоритмами (программой действий), и на первых порах помогите их составить.
- Поддерживайте чёткий распорядок дня.
- Используйте зрительные опоры для укрепления устных инструкций, заданий.
- Давайте ребёнку только одно задание и достаточное количество времени для его выполнения. Во время работы не отвлекайте его.
- Учите ребёнка ставить цель, планировать действия в соответствии с целью, выполнять действия, сличать результат с запланированным.
- Научите рассеянного ребёнка вязать, шить, вышивать, фотографировать, выжигать и т.п., так как эти виды деятельности способствуют развитию усидчивости и сосредоточенности.
- Поручайте рассеянному ребёнку ответственные задания, требующие поэтапного достижения цели. В случае необходимости осторожно направляйте его.
- Чаще просите проверить ошибки в чьей-либо тетради, выполнить кропотливую работу (перебрать пшено и т.д.)
- Поощряйте и хвалите за все виды деятельности, требующие концентрации внимания, усидчивости и сосредоточенности.

ЕСЛИ РЕБЁНОК ЗАСТЕНЧИВ...

- Выражайте безусловное расположение ребёнку.
- Общайтесь с застенчивым ребёнком доброжелательным тоном. Только такое общение не спровоцирует повышения тревожности.

- ▶ Чаще поощряйте застенчивых. Поощряйте не только проявление способностей и знаний, но также эмоций и чувств.
- ▶ Всегда сами предлагайте помощь ребёнку, так как он сам не может попросить об этом.
- ▶ Заранее разъясните ребёнку новую ситуацию и что от него требуется, так как застенчивые дети тревожны в новых условиях.
- ▶ Позволяйте ребёнку делать ошибки. Учите их идти на разумный риск и переносить поражения. Учите тому, что неудача — это либо неправильно выбранная цель, либо неправильно выбранные средства.
- ▶ Помогите застенчивым найти и оценить в себе всё то, что есть в них хорошего, приучая принимать похвалу без излишнего смущения.
- ▶ Не предъявляйте ребёнку требований, неадекватных его возможностям.
- ▶ Помните, что застенчивому ребёнку необходима стабильность во всём, ибо любые изменения для них крайне болезненны.
- ▶ Чаще прикасайтесь к ребёнку, гладьте его, обнимайте. Прикосновение успокаивает, лечит и стабилизирует ребёнка.
- ▶ Поощряйте совместную игру застенчивого ребёнка с другими детьми.
- ▶ Учите ребёнка умению общаться с другими людьми. Чаще посылайте его в магазины или с какими-либо поручениями, к вашим друзьям, соседям.
- ▶ Создайте атмосферу доверия в своём доме: пусть дети имеют возможность говорить о своих проблемах открыто и безбоязненно.
- ▶ Будьте открыты и искренни. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.

ЕСЛИ РЕБЁНОК ТРЕВОЖЕН И ИСПЫТЫВАЕТ СТРАХИ...

- ▶ Ваш ребёнок должен чувствовать стабильность, спокойствие, доброжелательность.
- ▶ Насыщайте ребёнка позитивными эмоциями: чаще смотрите «добрыми глазами», осуществляйте тактильный контакт в соответствии с возрастом ребёнка, оказывайте пристальное внимание ему и его проблемам, слушайте ребёнка «активно».
- ▶ Относитесь к страхам и тревогам ребёнка с пониманием: не смейтесь, не пытайтесь насильно преодолеть страх.
- ▶ Запаситесь терпением. Если ничего не помогает, нужно общаться с ребёнком так, как если бы он был на несколько лет младше (уровень защиты для ребёнка тогда был больше).
- ▶ Удалите из окружения ребёнка тревожных и истеричных людей.
- ▶ Не рассказывайте ребёнку страшные истории не только на ночь, но и днём. Не смотрите страшные кинофильмы.
- ▶ Занимайте ребёнка какой-либо деятельностью в течение дня. Если ему нечем заняться, он может вновь возвращаться к своим переживаниям.
- ▶ Объясните ребёнку, что собой представляет пугающий объект, как он устроен, «откуда берётся».

- Если страхи у ребёнка не проходят и имеют навязчивый характер, прибегните к помощи специалиста.

ЕСЛИ РЕБЁНОК АГРЕССИВЕН...

- Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребёнок всегда подражает тому, что привык наблюдать.
- Предъявляя ребёнку требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.
- Гасите конфликт в зародыше, направляя интерес ребёнка в другое русло.
- Учите ребёнка правильному общению со сверстниками и взрослыми.
- Расширяйте кругозор ребёнка.
- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчёркивая его значимость в выполняемом.
- Игнорируйте лёгкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание.
- Установите строгий запрет на агрессивные действия. Попробуйте понять причины протеста и сопротивления ребёнка и исключите их.
- Включите агрессивные действия в контекст игры и придайте им новый социально-приемлемый эмоционально-наполненный смысл.

Бороться с агрессивностью нужно:

- Терпением. Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.
- Объяснением. Объясните ребёнку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.
- Отвлечением. Постарайтесь предложить ребёнку что-нибудь более привлекательное, чем то, что он пытается делать.
- Неторопливостью. Не спешите наказывать ребёнка — подождите, пока поступок повторится.
- Наградями. Если похвалили ребёнка за хорошее поведение вместо того, чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нём желание ещё раз услышать вашу похвалу.

ЕСЛИ РЕБЁНОК ЛЖЕТ...

- Учите ребёнка честности, будьте честны сами. Ребёнок должен понимать, что вы не можете смириться с ложью, и всякая неправда Вам чужда. Даже умолчание для вас — тоже ложь.
- Чем лучше будет ребёнок чувствовать себя в вашем обществе, тем более хорошее представление сложится у него о себе и тем реже у него будет возникать желание солгать.
- Чаще хвалите, ободряйте ребёнка, поощряйте за хорошие поступки.
- Если вы уверены, что ребёнок лжет, постарайтесь вызвать его на откровенность и выяснить причину лжи.

- Причинами лжи могут быть нужда в похвале или проявлении любви взрослого; попытка скрыть свою вину; попытка избежать наказания; желание выразить свою враждебность тому, кому он лжёт.
- Найдя возможную причину лжи, постарайтесь действовать и помочь ребёнку так, чтобы разрешить его проблему.
- Не наказывайте ребёнка, если он сам сознаётся во лжи, даёт оценку собственному проступку.
- Сделайте всё от Вас зависящее, чтобы у ребёнка не было заниженной самооценки.

ЕСЛИ РЕБЁНОК МЕДЛИТЕЛЕН...

- Не торопите его, поощряйте, подбадривайте словом, взглядом, прикосновением.
- Наберитесь терпения. Работа с медлительными детьми очень утомительна и требует умения сдерживаться, не повышать голос.
- Никогда не позволяйте ребёнку работать «на время». Временной цейтнот категорически противопоказан медлительному ребёнку.
- Всесторонне способствуйте развитию уверенности в своих силах. Работайте с ним на «положительном подкреплении»: при неудачах — подбодрите, самый ничтожный успех — подчеркните. Всегда создавайте ситуацию успеха.
- Всегда помните о том, что такому ребёнку нужно время «на раскачку».
- Используйте приёмы опережающего воздействия. Заранее напоминайте, создавайте условия, облегчающие ребёнку выполнение задания в более быстром темпе.
- Привлекайте к совместной деятельности. Ребёнок, заражаясь общим настроением, будет стремиться согласовать свои действия с действиями других.
- Стремитесь к строгому соблюдению режима дня.
- Выработывайте у ребёнка чувство времени.
- Привлекайте детей к занятиям физической культурой, ритмикой.
- Чаще переключайте внимание ребёнка в процессе деятельности

ЕСЛИ РЕБЁНОК ГИПЕРДИНАМИЧЕН...

- Строго разграничьте целенаправленную и беспцельную подвижность.
- Организуйте целенаправленную активность через игру. Игра обязательно должна быть со смыслом.
- Приобщайте ребёнка к организованным подвижным играм, в которых он может расходовать избыточную энергию.
- Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
- Ограничьте просмотр остросюжетных телепередач.

- Ограничьте количество беспокойных и шумных приятелей.
- Не принимайте у себя большое количество гостей и не ходите с ребёнком в шумные компании.
- Хвалите ребёнка в каждом случае, если он этого заслуживает, подчёркивайте его успехи. Это даст ему уверенность в своих силах.
- Говорите с ним сдержанно, спокойно, мягко.
- Учите сдерживать «бурлящие» эмоции и постарайтесь не выплёскивать свои.
- Старайтесь в зародыше гасить конфликты, в которых замешан ребёнок.
- Будьте последовательны в наказаниях и поощрениях ребёнка. Если возникла необходимость отчитать, проработать — делайте это не грубо, а взволнованно и эмоционально.
- Наказывать гипердинамичного ребёнка можно только неподвижностью.
- Следите за дисциплиной. Устраняйте влияние всепрощающих взрослых

ЕСЛИ РЕБЁНОК ПЛОХО ЗАПОМИНАЕТ...

- Учите ребёнка ставить цель запомнить надолго.
- При подготовке уроков следует чередовать способы работы: конспектирование, запоминание со слуха, использование схем, диаграмм, графиков, рисунков и т.д.
- Чтобы лучше запомнить текст, нужно прочитать его вслух.
- Ребёнок лучше запомнит тогда, когда перескажет прочитанное.
- Во время заучивания ребёнок должен понять то, что нужно запомнить.
- Для осмысления запоминаемого текста можно использовать следующую схему:
 - О чём или о ком говорится в тексте?
 - Что об этом говорится?
- При запоминании пользуйтесь смысловыми опорами, смысловым соотношением и смысловой группировкой — кто хорошо осмысливает, тот хорошо запоминает и долго помнит.
- Готовить уроки следует сразу же в день объяснения нового материала, так как забывание активнее всего происходит в первые 24 часа. После математики учите историю, после физики — литературу: память любит разнообразие.
- При подготовке материала день в день следует разделять во времени его понимание и запоминание.
- Лучше учить по одному часу семь дней, чем семь часов подряд в один день.
- Учить материал нужно в определённое время, чтобы выработать режим. Вечером перед сном нужно повторить выученное.
- Не учите стихи по столбикам. Короткие заучивайте целиком, длинные разбивайте на порции.

ЕСЛИ РЕБЁНОК БЕЗВОЛЕН...

- Создавайте установки для проявления воли, настойчивости, чаще говорите ребёнку о том, что вы уверены в нём, знаете, что у него всё обязательно получится.
- Используйте игры со строгими правилами, так как соблюдение правил в игре способствует проявлению воли.
- Подбирайте занятия, поручения, труд по интересам, желаниям, умениям и возможностям ребёнка. Предъявляйте требования, адекватные его возможностям.
- Поощряйте и подчёркнуто хвалите за все виды деятельности, требующие усилия воли.
- Привлекайте к участию в коллективном труде, давайте задания, сопряжённые с ответственностью.
- Соблюдайте дозировку работы. Нагрузку увеличивайте постепенно.
- Научите ставить цель, планировать деятельность, правильно её выполнять и сличать результат с запланированным.
- Обязательно запишите ребёнка в спортивную секцию. Спорт — такой вид деятельности, который как нельзя лучше формирует волевые установки.

ЕСЛИ РЕБЁНОК РАВНОДУШЕН...

- Помочь ребёнку может только заинтересованный родитель.
- Избегайте слов «нельзя» и «нет», когда речь идёт о познавательной или эмоциональной активности ребёнка.
- Хвалите и поощряйте за все виды деятельности.
- Расширяйте круг общения ребёнка, развивайте его эмоциональный мир. Приобщайте к культурным ценностям. Откройте для него красоту природы и окружающего мира.
- В ходе любых разговоров, направленных на то, чтобы «расторгошить» ребёнка, отталкивайтесь от значимых для него вещей и категорий.
- Расширяйте кругозор ребёнка: кто мало знает, тот редко хочет знать больше.
- Учите ребёнка в процессе деятельности ставить цель, планировать, достигать результата и испытывать от этого удовольствие.
- Запомните: равнодушные дети чаще всего бывают у равнодушных родителей.
- Приобщайте детей к совместной деятельности, введите их в мир своих собственных увлечений.