

КОНСУЛЬТАЦИИ

Подготовили: **Надежда Дмитриевна Леус,**
педагог-психолог гимназии № 10 г. Дивногорска;
Виктор Александрович Гуров,
заведующий лабораторией школьного здоровья
КИПКРО, кандидат биологических наук;
Алла Алексеевна Иляшенко,
психолог средней общеобразовательной
школы № 87, г. Ростов-на-Дону

? Я работаю учителем рисования.
● У меня в начальной школе есть замечательный ученик, он очень внимательный, безотказно выполняет все задания, никогда не нарушает дисциплину на уроке, скромный и ответственный. Но одно меня смущает: он все рисует чёрным цветом. Сколько я его ни убеждала, ни рассказывала о яркости и красоте цветного мира, рисунки на свободные темы он снова и снова приносит в черном цвете, часто с тематикой монстров, неземных существ. Может, я зря волнуюсь, и это особый мир ребёнка, который он выражает через рисунок? Посоветуйте, как мне быть в данной ситуации.

Надежда Васильевна

Надежда Васильевна, вы действительно не зря тревожитесь. Психологи давно заметили взаимосвязь между предпочитаемым цветом и характеристикой личности человека, его эмоциональным миром. Эмоции и цвет «сцеплены» между собой на очень глубокой основе. Чёрный в рисунке — это тревожный сигнал. Это могут быть признаки депрессивного состояния, со-

стояния внутреннего конфликта и невыплеснутой агрессии. Эмоции могут проецироваться с чувствительной сферы как страх, грусть, утомление, гнев, реже как определённый интерес. Проявление первых трёх эмоций связано с пассивно-оборонительным поведением. Озадачьте родителей, сказав, что вы озабочены характером рисунков их ребёнка, предложите им обратиться к хорошему специалисту, так как лучше предотвратить ситуацию, чем запустить или усугубить.

Так же вас должно смутить тихое, слишком исполнительное поведение учащегося начальной школы. Нам, взрослым, очень удобны такие послушные дети. Но разумная активность, напористость должны сопровождать нормальное развитие ребёнка. Не зря существует поговорка: «В тихом омуте черти водятся». Обязательно посоветуйтесь со школьным психологом. Возможно, это особен-

ность темперамента (по данным Айзенка, люди, предпочитающие яркие цвета, являются более активными в поведенческих аспектах (экстравертированными), а те, кто отдаёт предпочтение темным оттенкам — интровертированы), но в других случаях это тревожный сигнал о психологическом состоянии ребёнка.

Присмотритесь повнимательнее к вашему послушному ученику, может его что-то волнует, понаблюдайте, как он общается со сверстниками, и удовлетворен ли он этим общением? В ваших силах с помощью занятий не кардинально, а постепенно вывести ребёнка на цветное восприятие мира. Установите безопасные доверительные отношения с учеником. Предложите сначала дорисовать одну цветную деталь (глаза, символ, пояс и т.д.), опираясь на задумку и тематику картины ребёнка, мотивируя ярким акцентом в воплощении сюжета или более глубоким выраже-

нием смысла. А затем в других рисунках постепенно добавляйте другие детали, которые опосредованно украсят эмоциональный мир вашего ученика.

? **Меня забирали в армию из политехнического техникума. За время обучения я влюбился в свою сокурсницу. У нас завязались, как я думал, серьёзные отношения. Я вернулся из армии, ничего не подозревая о том, что моя девушка меня не дождалась и уже собралась выйти замуж за другого. Друзья говорили: «Успокойся, так происходит сплошь и рядом». И всё же я хочу понять, почему так происходит, зачем тогда обещать?**

Сергей

Как говорится, «человеку мало надо, лишь бы его кто-то ждал!». Не торопитесь делать отрицательные выводы из ситуации. Жизнь течет и меняется. Меняются люди, их мысли и обстоятельства. Вы после службы возмужали. Изменилась и ваша девушка. Часто бывает, что эти перемены не в пользу сложившихся до армии отношений. И в этой ситуации их лучше прекратить, а не оставаться вместе, скованными долгом, где она поддерживает отношения мыслью: «Я не могу его бросить, он ведь верил в меня», а он: «Я должен быть с ней, она дождалась меня, поддерживала во время нелёгкой службы вдали от дома и теперь я в долгу». Такие союзы или распадаются со временем, или люди в них несчастливы, не реализуют себя и живут только ради детей.

Сергей, если мысль о девушке поддерживала вас весь период в армии, то это замечательно и лучше, что её решение выйти

замуж за другого стало известно после вашего возвращения. А если она оказалась неверной в своём поступке, то своё несерьёзное отношение к вам всё равно проявила бы через некоторое время. И хорошо, что это случилось сейчас, когда вы ещё не имеете юридических обязательств друг перед другом, совместных детей.

Сергей, не живите прошлым, его уже нет, как и вашей девушки — она другая. Стройте свои планы, добивайтесь целей. Поверьте в себя — вы сильный, независимый, успешный. Такие люди всегда привлекают внимание, к ним тянутся, хотят общаться, они пользуются популярностью у противоположного пола. И ваша любимая тоже не останется в стороне.

? **«Со мною вот что происходит: ко мне мой старый друг не ходит...» Хочу спросить, отчего так быстро зазнаются люди, получившие хоть капельку власти? Год назад моя подруга получила повышение по службе, её пригласили в Министерство образования. Вся из себя важная стала, что даже в гости перестала заходить. У неё и походка изменилась. Как же такие начальники не понимают: сегодня они на коне, а завтра на земле, а люди-то вокруг останутся. Объясните, пожалуйста, почему власть так негативно влияет на людей? Отчего это зависит? Лично я в своей подруге сильно разочаровалась.**

Валерия В.

Дело здесь не только во власти, но и в самой личности.

Не зря сказано: «Хочешь проверить человека? Дай ему власть или денег». Высокое положение в обществе раскрывает внутренние возможности, ранее глубоко спрятанные качества характера и мотивы поведения человека. Но все проявляют себя по-разному. У кого выигрывает гордыня, тщеславие. А у кого усилятся воля, стремление к справедливости, способности влиять на других людей.

Нельзя и отрицать тот факт, что социальное окружение действительно важный фактор в изменении человека. Все мы знаем поговорки: «С кем поведешься, от того и наберешься», «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты»... Во власти создаются определённые, очень жёсткие условия, где нужно быстро принимать решения, включать весь свой потенциал, отвечать за то и за это. И если раньше ты мог осмотреться, одуматься, управлять своими чувствами, словами и действиями, то здесь на это порой нет времени — необходимо постоянно находиться в напряжении. При этом у начальника есть не только какие-то права, но и большая, очень большая ответственность. В таких условиях весь внутренний человеческий ресурс начинает работать — и худший, и лучший.

В то же время власть, статус обязывают быть важным. У руководителя должна быть твёрдая, уверенная походка, как и мысли, так и поступки. Иначе, какой же он руководитель — ему никто не поверит.

Разберитесь, Валерия, в ситуации. Возможно и то, что ваша подруга перестала приходить к вам в гости из-за изменившегося лимита свободного времени. Людям в руководстве приходится быть всегда на коне, порой и в выходные. Высокие должности — это не праздная жизнь, а повышенные обязательства.

Важно ещё помнить: друзья — это люди, которых связывает не долг в отношениях, а общие интересы. Иначе это не дружба, а служба. Во имя чего? Валерия, если ваша подруга попала в другое социальное окружение и у неё появились другие интересы, поймите и простите её за это.

? Я работаю воспитателем уже 20 лет. Мне интересна моя профессия. Дети — моя стихия. За время работы я встречала разных по характеру и развитию ребятшек. Работала и с гиперактивными, и с агрессивными детьми. Но с этого года в классе появился совершенно неуправляемый ребёнок. Двадцатилетний опыт моей работы не помогает справиться с ситуацией. На мой взгляд, ему необходимо дополнительное обследование и лечение. Но родители считают, что мальчик вполне здоров и адекватен. Подскажите, как мне быть?

Алла Анатольевна

К сожалению, мы не в силах заставить родителей обратиться к специалистам. Это их право. Тем более мы не компетентны в узких областях. И действительно можем опираться только на свой педагогический опыт.

Причины неуправляемости детей могут быть совершенно разными. Это возможно и особенности социальной среды, воспитания и последствия нейропсихических заболеваний и травм и т.д. Хорошо, если в дошкольном учреждении находится детский психолог. Вот его задача на основании наблюдений и результатов диагностики детей на определённых возрастных этапах создавать версии развития, писать заключения, советовать родителям обращаться к тому или другому специалисту. Психолог на основании анализа данных вовремя должен порекомендовать пройти дополнительное обследование. И уже право родителей, воспользуются ли они данным советом или нет. Здесь, конечно, большое значение имеет компетенция и авторитет специалиста. Но в то же время понимание, информированность и озабоченность родителей развитием своего сына.

В вашем случае, Алла, родители, скорее всего, проявляют защитную реакцию. Неуправляемость их ребёнка наверняка уже не раз давала о себе знать в общественных местах, на улице, в гостях... И замечаний и нареканий по этому поводу они получили уже много, но не смогли справиться с поведением сына и теперь им остаётся только оправдываться и защищаться.

Что можете сделать вы в этой ситуации? Первое: встать на сторону родителей, только через понимание и доверие они могут услышать ва-

ши советы. Второе: работать на профилактику. Создавать ситуации, не способствующие проявлению тех или иных симптомов нарушенного поведения (здесь поможет вам ваш богатый педагогический опыт). В коллективе, где много детей, это очень сложно, но в то же время необходимо для продуктивной воспитательной работы и для безопасности других детей. Для работы с вашим неуправляемым воспитанником вы, в том числе, должны установить особые правила, ввести определённые ритуалы и строго придерживаться их, пока они не войдут в привычку.

? В этом году наш сын пойдёт в первый класс. Как долго он будет приспосабливаться к новым условиям?

Ольга Сергеевна

Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребёнка. В этот период школьник совершает чрезвычайно важные шаги в своём развитии.

Наблюдения за первоклассниками показывают, что адаптация к школе может проходить по-разному. Значительная часть детей (50–60%) адаптируется в течение первых двух-трёх месяцев обучения. Другим детям (примерно 30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной. К трудностям в учёбе прибавляются трудности длительной (до одного года) адаптации.

Каковы основные характеристики успешной адаптации перво-классников? Это

- адекватность поведения;
- вовлечённость ребёнка в жизнедеятельность класса;
- проявление способности к самоконтролю, соблюдению порядка, общению со сверстниками и взрослыми;
- спокойное отношение к временным неудачам;
- способность к поиску конструктивного выхода из сложных ситуаций.

Нужно также контролировать состояние здоровья ребёнка и изменение его показателей под влиянием учебной нагрузки — это один из основных критериев, характеризующих протекание адаптации к систематическому обучению.

? В последнее время стала замечать, что моя дочь старается уйти от ответа, а иногда просто говорит неправду. Что мне делать?

Наталья Ивановна

Такое поведение часто возникает в подростковом возрасте, когда родители чрезмерно вмешиваются и пытаются контролировать личную жизнь своего ребёнка.

Самое эффективное средство борьбы с детской ложью — это построение доверительных отношений в семье, основанных на взаимном уважении.

Понаблюдайте за вашим ребёнком, в каких ситуациях он вам не доверяет. Может быть, вы

сами каким-то образом провоцируете его недоверие и закрытость?

Задумайтесь о причинах такого поведения. Что побуждает ребёнка обманывать? Проводите с ним больше времени, чем обычно, интересуйтесь его жизнью, воздержитесь от критики.

Не начинайте разговор с обвинений и угроз. Начав с агрессивных обвинений в адрес ребёнка, вы только провоцируете его на ложь. Следует обратить внимание на то, как он сам относится к своему поведению — испытывает чувство раскаяния, или считает, что прав. После разговора с вами у ребёнка должно остаться ощущение, что вы за него волнуетесь и он вам не безразличен.

В любом случае, ложь это всегда сигнал о том, что у ребёнка есть внутренние проблемы.

? Что Вы можете порекомендовать, чтобы снизить агрессивность ребёнка?

Анна Павловна

Установите и сохраните доверительные отношения со своим ребёнком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно.

Принимайте его не за то, что он умный, способный, отлич-

ник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть! Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии. Говорите им прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях. Он станет вас лучше понимать.

Делитесь с ребёнком своим опытом. Рассказывайте ему о том, как вы сами поступали, когда вас что-то злило или раздражало.

Внимательно выслушивайте своего ребёнка, не осуждайте его чувства, а говорите о его поступках.

Установите границы допустимого поведения. Запреты должны быть понятными, твёрдыми, соответствовать возрасту.

Ребёнок, даже в случае наказания, должен знать и ощущать, как его любят и как за него переживают.

Сами справляйтесь со своим гневом конструктивно.

Если чувствуете, что были не правы, извинитесь перед ребёнком. Тем самым продемонстрируйте ему один из способов разрешения конфликтной ситуации.

Создайте альтернативу опасному поведению. Детям с агрессивным стилем поведения рекомендуется заниматься активными, подвижными видами спорта, где есть командное взаимодействие. **НО**