

## Дитячі вередування і боротьба з ними

Вередлива дитина – джерело постійних конфліктів, неврозів і стресових ситуацій для дорослих. Вередування не на користь і самому малюкові: він стає нервовим, постійно збудженим, через що з ним уникають конфліктувати однолітки. До того ж таке явище як вередливість не просто неприємне, а й небезпечне, бо може перерости в серйозне захворювання.

Батькам, вихователям і вчителям важливо знати, якими ж зовнішніми виявами характеризується вередливість, у чому причина її виникнення, як запобігти перетворенню її на рису характеру і як працювати з дитиною, щоб нівелювати це явище.

Вердливність тлумачиться як особлива поведінка дитини, що виявляється в недоцільних і нерозумних діях, необґрунтованому опиранні вказівкам, порадам, вимогам дорослих, у прагненні наполягати на своєму. Вередливість у дошкільника переважно супроводжується такими зовнішніми проявами, як плач і надмірна хаотична рухова активність, а може зумовлюватися фізіологічними причинами та неправильним вихованням.

Фізіологічні причини:

1. Негативні впливи на нервову систему дитини захворювань перенесених матір'ю під час вагітності, зокрема інфекційних, а також приймання нею в цей період певної категорії ліків.
2. Ускладнені пологи, зокрема застосування щипців.
3. Захворювання, перенесені дитиною, лікування антибіотиком, застосування наркозу.
4. Незадовільне самопочуття (короткочасне і тривале).
5. Перевтома, виснаження нервової системи та всього організму.
6. Спадкова нервозність.
7. Адаптаційний період, різка зміна звичного стереотипу життя.
8. Нетривалий фізіологічний дискомфорт.

Розглянемо деякі з причин докладніше.

Під час хвороби організм дитини мобілізує свої сили, спрямовуючи їх на виживання. Ця внутрішня боротьба виснажує нервову систему малюка, від чого він до всього байдужіє, або стає надмірно дратівливим.

У такий момент досить навіть незначного подразника, щоб вивести дитину з рівноваги, викликати сльози. Отже, коли дитина хворіє, з нею слід поводитися з особливою увагою. Намагайтеся не провокувати бурхливих виявів незадоволення малюка: не готуйте справ, яких він не любить, не залишайте його самого, не вимикайте на ніч світло, якщо дитина боїться темряви. Не варто після хвороби раптово змінювати розпорядок дня дитини, що склався за цей час. Треба чітко нормувати режим її праці й відпочинку. Неприпустимо, щоб виснажена хворобою дитина інтенсивно вивчала новий матеріал (англ.. мова, музика тощо) намагаючись надолужити прогаяне, бо перевантаження організму призводить, як правило, до ускладнень, нервових зривів і навіть психічних порушень, першим симптомом яких і стає вередливість.

Випадки вередливості дітей частішають навесні, коли організмові малюка бракує вітамінів і в період адаптації до нового режиму, нових умов життя (наприклад, коли дитина починає відвідувати дитячий садок, вступає до школи, коли повертається до школи чи дитсадка після тривалих літніх канікул).

Нервозність, успадкована від батьків, небезпека подвійна. Оскільки в таких сім'ях дорослі, зазвичай, не здатні створити умови для правильного виховання дитини, що тільки поглиблює її хворобливі нахили. Нервові діти надзвичайно вразливі: їх легко образити, роздратувати вони втрачають контроль через найменші дрібниці.

У здорової дитини капризування може бути пов'язане з неусвідомленою потребою усунути фізіологічний дискомфорт. Малі діти, часто не усвідомлюючи, що вони просто голодні, виявляють надмірну дратівливість. Аналогічною буде реакція, якщо малюка не покладали вчасно спати, або розбудили, коли він ще не виспався, отже необхідно подбати про достатню тривалість нічного сну.

Після надмірного сміху бувають великі сльози. Це стосується і дитячої поведінки. Інтенсивні рухливі ігри, перегляд гостросюжетних мультфільмів забирають у малюка багато енергії, що приводить до нервового виснаження, й зумовлює різкий перехід від радості до сліз, вередування. Найкращий спосіб уникнути такої ситуації – покласти дитину спати.

Причини вередливості, зумовленої неправильним вихованням:

1. Копіювання поведінки іншої людини.
2. Неправильна спрямованість родинного виховання.
3. Тривале перебування дитини сам на сам з непосильними для неї проблемами.
4. Невміння розподілити час та організувати своє дозвілля.
5. Відсутність інших шляхів для самоствердження та самореалізації.
6. Прагнення привернути до себе увагу.
7. Спроба розважитися.

Прорахунки у родинному вихованні різноманітні. Деякі батьки намагаються виконати будь-яку дитячу забаганку. Дитина сприймає це як належне, і тому, коли її волю виконують раптом не відразу, або несподівано у чомусь відмовляють, вона виявляє бурхливий протест (крик, сльози, тощо). Якщо внаслідок таких дій малий отримує бажане, стереотип поведінки закріплюється, і здоровий та веселий малюк поступово стає нервовим та дратівливим. Такій дитині дуже важко адаптуватися до колективу вимог освітнього закладу, особливо шкільного. Дитині треба показати, що плачем, криком та істерикою вона нічого не досягне.

На формування хибного стилю виховання в сім'ї можуть вплинути хронічні захворювання дитини. Співчуваючи малюкові, дорослі чесно прагнуть оберігати його від сього складного чи небезпечного.

Важливо, щоб батьки педагоги вміли поєднувати розумну турботу з вимогливістю і створювали умови для творчої, конструктивної діяльності дитини.

Під оболонкою вередування іноді може ховатися розгубленість дитини перед непосильною роботою чи надмірними вимогами.

Невміння дитини розподілити свій час призводить до того, що вона постійно щось не встигає зробити, а отже нервує і вередує. Набридає дорослим своїми примхами і малюк, не здатний організувати своє дозвілля.

Нерідко трапляється, що дитина не може знайти продуктивного способу самоствердження в сім'ї чи дитячому колективі. Тоді вона намагається ствердитися, вередуючи серед близьких та однолітків.

Отже, і в сім'ї, і в освітніх закладах на першому місці має стояти завдання – допомогти дитині знайти себе.

Дитина ще може бачити у вередуванні спосіб розважитися, якщо їй набридає одноманітність життя. Якщо урізноманітнити щоденну діяльність дитини, звичка вередувати зникне автоматично.

Не можна перевиховати дитину не усунувши причину вередливості. Залякування та покарання також неприпустимі, оскільки вони розхитують і без того травмовану нервову систему вихованця.

Лишається єдиний спосіб правильне, розумне, людяне і досить суворе виховання, здатне цілковито нейтралізувати цю ваду і дати суспільству гідного громадянина.

## «Син і донька: чи однаково виховуємо?»

І синів і дочок ми однаково хочемо бачити добрими, порядними, працелюбними людьми. Однак часто навіть підсвідомо намагаємося розвивати у дівчаток ніжність, чуйність, акуратність, прагнення до краси, у хлопчиків – сміливість, рішучість, лицарство. Тобто так чи інакше формуємо передумови майбутніх чоловічих і жіночих якостей. І це природно, бо якщо не закласти такі основи у дошкільному віці. Згодом може виявитися вже запізно – змужнівши, колишні хлопчики та дівчатка перетворюються на чоловіків та жінок, але зі своїми сімейними та соціальними ролями справлятимуться погано. Це може стати причиною нещасливого особистого життя, зруйнованого шлюбу...

В реальному житті дитина розвивається як представник певної статі. Ряд учених справедливо твердить, що осмислення дитиною власного «Я» починається з усвідомлення своєї статевої приналежності і що це не тільки біологічна, а й соціальна категорія. Тому процес виховання дитини правильніше розглядати як процес виховання особистості певної статі, тобто враховувати підготовку до виконання в майбутньому відповідної соціальної ролі.

Відомий письменник і педагог Ж-Ж. Руссо зазначав: як не можна вважати одну статю досконалішою за іншу, так само не можна рівняти їх одну до одної.

Фізичні й фізіологічні відмінності проявляються у розвитку хлопчиків і дівчаток дуже рано. Це різниця у зрості, вазі, об'ємі грудної клітки, в обмінних процесах (у хлопчиків добова витрата енергії дещо вища, ніж у дівчаток), у фізичних можливостях (хлопчики краще бігають, метають на відстань і т.п.) а в дівчаток кращі показники щодо гнучкості, ліпше розвинута дрібна моторика тощо.

Помітні й відмінності у психіці. Хлопчики, як правило, бавляться у більш динамічні, емоційні ігри, ніж дівчатка. Тому їх значно важче заспокоїти. Дівчатка надають перевагу спокійнішим іграм. Хлопчики люблять гратися з хлопчиками, а дівчатка з дівчатками. Дещо різна у них і манера малювати: у хлопчиків малюнки схематичніші, сюжети пов'язані з технікою, динамікою; у дівчаток зображення мають більш завершений характер, присутні елементи декоративності.

Якщо запитати дітей, ким вони хочуть бути, хлопчики й дівчатка назвуть, як правило, найбільш характерний для представників своєї статі фах.

Дівчатка відзначаються більшою залежністю від дорослих, хлопчики – бажанням бути самостійними.

У шкільному віці психічні відмінності між хлопчиками і дівчатками стають помітнішими: дівчатка акуратніші, старанніші, уважніші до своєї зовнішності. Чуйніші до молодших.

У хлопчиків сильніший потяг до техніки, у навчанні вони менш старанні.

Що ж сприяє появі й розвитку психічних відмінностей у дітей різної статі?

Зарубіжні вчені, представники різних теоретичних шкіл, дають неоднакову відповідь на це. Одні вважають, що ці якості розвиваються на основі вроджених інстинктів: другі – що головним є ототожнення дитини з батьками (син дорівнюється до батька, донька – до мами) і багато різних суджень.

Наші вчені схиляються до думки, що хоча певні вроджені задатки й відіграють свою роль, але вирішальне значення мають особливості виховання. Всі дослідники сходяться на думці, що процес статево-рольової соціалізації, який починається з усвідомлення дитиною своєї статі (коли я виросту – буду татком, а не мамою) – це природний, необхідний процес для нормального психічного розвитку дитини. І дійсно, від того, наскільки успішно формуються уявлення про зміст типової для статі поведінки, виникають специфічні інтереси, залежить у майбутньому відчуття впевненості у собі, визначеність особистісних установок і, врешті-решт, ефективність спілкування з людьми та нормальні стосунки в сім'ї.

Суттєве значення має вплив ровесників (в першу чергу одної статі з дитиною), але найважливішим і вирішальним фактором є сім'я. Під впливом батьків, бабусі і дідуся, інших близьких родичів у дитини формується поняття, яким саме має бути хлопчик або дівчинка, чим має цікавитися, якій праці слід надавати перевагу. Таким чином дитина ніби програмується на подальше.

Хоча батьки, як правило, кажуть, що синів і дочок вони виховують однаково, це зовсім не так. З того моменту, коли немовля загортають у блакитну або рожеву ковдру, з ним починають поводитися відповідно до статі – і це знаходить відображення навіть у тоні голосу дорослого, у манері спілкування з дитиною.

Особливо неоднаково ставляться до синів і дочок батьки. Після 1-го року життя татусі значно більше спілкуються з синами, але чуйніше втішають

дівчаток, коли ті засмучені. Спеціальні дослідження показали, що дівчатка в родині отримують більше емоційного тепла, уваги та схвалення. Хлопчиків карають частіше. Підмічено також, що матері терпиміше ставляться до синів, а батьки до дочок.

Старші брати і сестри також можуть бути прикладом для наслідування. Наприклад, дівчатка, у яких є старші брати, частіше стають «бешкетницями», а хлопчики під наглядом старших сестер перетворюються на вразливих і ніжних (це також слід враховувати батькам).

Але найсильніше, звичайно, діє приклад тата – для сина, і мами – для дочки. Одна мама дратівлива, нестримана, постійно гиркає на слухняного чоловіка... Такою може стати в майбутньому її дочка, але, якщо не випаде ї зустріти до пари собі спокійного та покірливого – стане нещасною, а можливо, й втратить сім'ю. У іншій матері дочка, навпаки, перейме лагідність, спокій, миролюбність. Хлопчики підсвідомо так само наслідують своїх тат. Але це не обов'язково. У дуже жіночій матері може вирости правді мужні, вольовий син. У мужнього батька – ніжна донька. В сім'ях, де мати сама виховує дитину, необхідне хоча б епізодичне залучення до виховання близьких родичів – чоловіків: дідуся, дядька. Спілкування з ними у суто чоловічих видах діяльності (конструювання, допомога у лагодженні побутових приладів та ін..) дуже корисна для хлопчиків. Та й для дівчаток, звичайно.

Виховуючи основи мужності, важливо щоб перед очима дітей був приклад чудової взаємодії тата й мами по домашньому господарству. Найкраще, коли батько бере на себе всю важку фізичну працю. Подібним чином слід розподіляти трудові обов'язки вдома між братом і сестрою. Хлопчиків доручають роботу, що вимагає фізичних зусиль, а дівчинці дають завдання, для виконання яких потрібні ретельність, старанність, майстерність, смак. Добре, коли мама залучає доньку – дошкільницю до приготування страв, шиття, вишивання. Не треба соромити дівчинку, якщо вона виявляє інтерес до своєї зовнішності (гірше, якщо такого інтересу зовсім немає), необхідно заохочувати всі прояви ніжності, турботи про молодших. Постерігайте, як ваша донька поводить себе під час конфліктів з ровесниками, адже саме в дошкільному віці слід починати вчити її терпимості, миротворності, вміння вибачати.

Хлопчиків виховувати дещо складніше, оскільки процес статево-рольової соціалізації у них більш суперечливий. І найбільше проблем виникає, коли батька або немає, або він самоосувається від виховання. Тоді хлопчик 4-5

років, підсвідомо шукаючи приклад для наслідування, може знайти його десь на стороні. Виховуючи хлопчиків, батьки іноді надто пестять їх, надміру опікуються ними, позбавляють змоги робити вольові вчинки, забувають про формування бажання бути захисником, добрим заступником для слабших. Почніть з малого – хай ваш син принесе вам окуляри чи газету з темної кімнати, погладить у вашій присутності сусідського собаку, допоможе нести мамі сумку, разом з татком полагоди́ть щось.

Безумовно, батькам необхідно найсерйознішу увагу звертати на такі відхилення у поведінці хлопчиків, як жорстокість і агресивність. Американські психологи справедливо підкреслюють, що агресивність має оцінюватися, як недопустимий примітивний спосіб впливу на інших. Одним із засобів подолання цього є виховання у хлопчиків бажання і вміння доглядати за молодшими братами і сестрами.

У дошкільному віці майже всі хлопчики полюбляють військові ігри. Це природна потреба – хоча б у грі відчувати себе героєм мужнім, незборимим. І тут дуже важливо не просто дати синові змогу гасати з іграшковою зброєю, а запропонувати йому гру героїчного характеру. Внесіть у сюжет моральний зміст, наприклад, рятувальники рятують людей під час повені, землетрусу; сміливі козаки визволяють з полону своїх земляків або щось інше. Краще використати сюжети казок. Під час таких ігор ви можете переключити дитину з агресії на добрі вчинки, що вимагають мужності й сміливості.

Незалежно від того, хто зростає у вашій сім'ї – майбутня жінка, чи чоловік, - зробіть усе, щоб виховати у малюка позитивне ставлення до дарованої природою соціальної ролі. І звичайно, як хлопчиків, так і дівчаток виростити дійсно добрими, чуйними, розумними людьми.

## Як згасити спалах агресії?

Агресивна дитина – це не тільки батьківський смуток, загроза благополуччю дитячого колективу, але й ще нещасна дитина, яку ніхто не розуміє, не хоче приголубити й пожаліти. Дитяча агресивність – ознака внутрішньої емоційної нестабільності, згусток негативних переживань, один із засобів психологічного захисту.

Такі діти використовують будь-яку можливість, аби штовхати, бити, щипати інших. Їхні вчинки часто мають провокаційний характер. Щоб викликати відповідну агресивну поведінку вони завжди готові розлютити маму, вихователя, однолітків. Наприклад, така дитина буде свідомо вдягатися якомога повільніше, відмовиться мити руки, збирати іграшки, поки не розлютить маму, не почує її крик та не отримає від неї ляпас. Після цього дитина сама готова заплакати, а заспокоїться лише тоді, коли мама почне втішати та приголубити її. Дивний спосіб привернути увагу, але для такої дитини це єдиний механізм зниження психоемоційного напруження.

Причина агресивності майже завжди - це сімейне неблагополуччя. Більшість дітей виховується в сім'ях, де агресивність проявляється в поведінці батьків. А іноді дорослі бувають надмірно поступливими й безпорадними, коли діти проявляють агресивність у поведінці. Дитина може маніпулювати дорослими, зловживати їхнім добрим ставленням.

Агресія – це енергія подолання боротьби, відстоювання своїх прав і інтересів. Ця сила необхідна дитині для того, щоб досягти своєї мети, протистояти перешкодам.

Небажаною є не сама агресія, а неприйнятні форми її прояву: звичка кричати, ображати, битися. Завданням виховання дитини є не усунути її агресію, а навчити адекватно проявляти свої негативні почуття: гнів, обурення, неприйняття.

Як же можна вплинути на небажані прояви агресії дитини?

Психологи вважають, що стосовно агресивних дітей дорослі ні в якому разі не повинні виявляти агресивність у відповідь. Річ у тім, що коли агресивну поведінку суворо карати, дитина під впливом страху навчиться придушувати власні вияви агресивності, але це не означає, що таким чином зменшиться її гнів і почуття помсти. Та агресивність, яку придушують удома або в дитячій установі, буде виявлятися в інших місцях: на вулиці, в гостях... Таке явище називається перенесенням агресивності. Уміння дорослих володіти собою -

найкраща гарантія розвитку самовладання в дітей. Дорослі повинні приділяти дитині більше уваги, в певній ситуації проявляти більше рішучості. Така поведінка дорослих заспокоює дітей, позитивно впливає на їх стан.

Не можна карати і сварити. Коли батьки сварять дитину, стверджуючи, що вона боягуз, ледар, ідіот, негідник, то дитина вірить в сказане. Слова для неї значать лише те, що значать. Будь-яке твердження сприймається однозначно: ніякого переносного смислу.

Слід запам'ятати:

- якщо дитину постійно примушують – вона вчиться ненавидіти;
- якщо дитина живе у ворожнечі – вона вчиться агресивності;
- якщо дитину висміюють – вона стає заляканою;
- якщо дитина зростає в докорах – вона починає жити з почуттям провини.

І навпаки:

- якщо дитина живе в терпимості – вона вчиться сприймати інших;
- якщо дитину підбадьорюють – вона починає вірити в себе;
- якщо дитину хвалять – вона вчиться бути вдячною;
- якщо дитина зростає у чесності – вона вчиться бути справедливою;
- якщо дитина живе у безпеці – вона вчиться вірити людям;
- якщо дитину підтримують – вона вчиться цінувати себе.

Раніше для зняття агресії використовували предмети – замітники «ворога» ( гумові груші, подушки тощо), особливо це використовувалося у іноземній психотерапії. На сьогоднішній день ні психологи, ні психіатри а також педагоги не рекомендують використовувати такі предмети, тому що зриваючи злість на груші малюк мститиме уявному ворогові і задоволення одержить аморальне: «Ух! Помстився – так йому й треба!». Сьогодні дитина відлупцює грушу, а завтра... чому б не кішку або песика чи молодшу дитину і так далі.

Можна спробувати розвеселити дитину, згасивши тим самим спалах агресії.

Допомагають активні рухи – ходіння та біг по килимках-матрасах з різними наповнювачами (каштанами, жолудями, гудзиками, галькою).

- «Заспокійливий стілець»

Щоб перебороти негативні емоції запропонувати дитині посидіти хвилинку на стільчику, який забере його гнів.

Переключити дитину зі зла на добро – пропозиція допомоги «Допоможи мені, будь ласка, зібрати, намалювати, полити і т.д.

Арттерапія.

- запропонувати «намалюй свій гнів» пожмакай його і викинь, або розмалюй образу веселими фарбами.

- також допомагає гра на музичних інструментах. Діти, які поведуться агресивно люблять бути в центрі уваги, тому варто віддавати їм провідні ролі в танцях, рухливих іграх, бути помічником вихователів.