

Возрастные психологические особенности ребенка от 1 года до 3 лет

Гнев и раздражительность

Гнев - состояние бурного аффекта, остро наступает и скоро проходит. Часто сопровождается двигательным возбуждением и агрессивно-разрушительными тенденциями. Характерны вегетативные реакции: покраснение или побледнение лица, тахикардия, головная боль (чаще после приступов гнева). Реакции гнева наблюдаются как у психически здоровых лиц (обычно они протекают адекватно вызвавшим их внешним факторам и в основном контролируются), так и при психических заболеваниях - при неврозах, у психопатических личностей, при органических поражениях головного мозга (церебральном атеросклерозе, посттравматической энцефалопатии, эпилепсии и др.). Реакции гнева, возникающие на неблагоприятной почве, отличаются несоответствием степени их выраженности и значения вызвавшего эти реакции психогенного фактора, особой бурностью и часто продолжительностью. Состояние гнева может быть длительным при гневливой мании¹.

Раздражительность – состояние субъекта, характеризующееся повышенной возбудимостью, неустойчивостью, легко переходящее в озлобленность, гнев, досаду. Раздражительность – одно из психологических условий возникновения конфликта².

Педагогам-психологам

Перепады настроения свидетельствуют, прежде всего, о том, что ребенок находится в напряженном, растерянном состоянии. Он не знает, как себя вести, чего ожидать в дальнейшем. Обычно это происходит в кризисные периоды. Они могут быть вызваны возрастным развитием или же меняющейся окружающей обстановкой, отношениями с близкими. Часто таким образом ребенок хочет привлечь к себе внимание. На детей очень влияет атмосфера в семье, детском

¹ Блейхер В.М., Крук И.В. Толковый словарь психиатрических терминов. Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. 640 с.

² Вербицкий А.А. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике [Электронный ресурс] / А.А. Вербицкий. 2013. Режим доступа: http://psychology_pedagogy.academic.ru/.

коллективе, и то, как ведут себя родители. Если одному из них присуще быть «человеком настроения», то ребенок будет копировать подобное поведение, не задумываясь — хорошо это или плохо.

Причины проявления детской агрессии.

– Формирование характера не происходит сразу. Поэтому, когда начинаются проблемы не нужно паниковать. Стоит понять своего ребенка и выяснить для себя истинные причины его изменившегося поведения.

– Понимание поможет контролировать создавшуюся ситуацию и сделать все, чтобы такое поведение не закрепилось и не стало частью проявлений личности на долгие годы.

– Одной из возможных причин является собственный темперамент ребенка и особенности его нервной системы.

– Неверное воспитание и ошибки родителей.

– Страхи, стрессы, которые приводят к неуверенности в себе, тоже провоцируют не всегда зажатость со стороны детей.

– Копирование поведения окружающих.

– Телевизионные программы и постоянные компьютерные игры тоже вносят свой вклад.

– Возросшие желания самого малыша и неумение добиться их реализации быстро и самостоятельно.

Методики диагностики детских вспышек гнева и раздражительности:

1. схема наблюдения, составленная Алвордом и Бейкер. Она включает в себя 8 критериев. Необходимо отслеживать поведение ребенка (воспитанника) не менее 6 месяцев. Если ребёнок агрессивный, то за это время проявится минимум 4 признака;

2. тест «Руки» Вагнера позволяет выявить у детей не только склонность к насилию, но и другие особенности эмоционально-волевой сферы ребёнка. Его используют также для обследования детей с ОВЗ;

3. рисуночные тесты («несуществующее животное», «кактус») выявляют скрытую агрессию.

Методы работы:

1. коррекционные занятия в сенсорной комнате:

I этап (5-10 мин.) – активная образная релаксация (визуализация). Это игра на воображение, помогающая детям и их родителям расслабиться. Дети и взрослые находят себе удобное положение в комнате. При приглушенном свете и под спокойную музыку психолог читает текст упражнения, направленный на возникновение приятного образа, порождающего положительное эмоциональное состояние;

II этап (15-20 мин.) – основной. Его целью является коррекция неадекватных эмоциональных и поведенческих реакций. На данном этапе используются различные психотехнические приемы: сказкотерапия, сюжетно-ролевые игры, разыгрывание проблемных жизненных ситуаций. В некоторых случаях ребенку предоставляется возможность спонтанной игры. Все это способствует эмоциональному отреагированию и вытеснению негативных переживаний;

III этап (5-10 мин.) – завершающий. Суть его заключается в подведении итогов и получении обратной связи. Все участники занятия дружно наводят порядок в комнате (собирают шарики, кладут подушки на место, распутывают фиброволокна и т.п.) и делятся своими впечатлениями друг с другом.

2. Сказкотерапия:

2.1. создание образа главного героя;

2.2. помещение своего героя в конфликтную или проблемную ситуацию;

2.3. создание образов друзей и помощников, а также врагов и препятствий на пути героя к цели;

2.4. создание обучающих ситуаций, в которых герой впервые побеждает благодаря помощи;

2.5. создание ситуаций, в которых герой самостоятельно преодолевает все препятствия;

2.6. показ осознания героем самого себя в новом качестве в результате одержанных побед;

- 2.7. создание позитивного финала;
- 2.8. придумывание вопросов к сказке.

Полезные ресурсы:

- 1. Методические рекомендации № 83 Департамента здравоохранения города Москвы «Медико-психологическая помощь детям с нарушением психического развития в системе комплексной реабилитации». М., 2018. 28 с.