Курганинский филиал ГБУ «Центр диагностики и консультирования» КК

Консультация для родителей:

Детский и подростковый негативизм.

Подготовила педагог-психолог Игонина Н.Г.

Негативизм - отрицательное отношение к окружающему миру, проявляющееся в негативной оценке людей и их действий. Данный симптом наблюдается при возрастных кризисах, депрессиях, психических расстройствах. Основой для появления негативного отношения к окружающим может быть неправильное семейное воспитание, психоэмоциональные переживания и особенности возраста. По мнению психологов, негативизм - это нормальное проявление процесса развития личности.

Когда ребенок или подросток противодействует требованиям окружающих людей, это проявление детского негативизма. Малыш пытается отстоять свои права и привлечь к себе внимание. Для него это становится формой общения, в которой он проявляет себя как упрямый, грубый и сварливый ребенок.

Детский и подростковый негативизм являет собой проявление развития ребенка и способ самоутверждения на определенном этапе его жизни.  Негативное отношение к окружающей действительности проявляется в трех основных чертах : упрямство, замкнутость, грубость. Также различают два вида негативного проявления: *пассивный и активный*.

**Пассивный**вид характеризуется игнорированием, неучастием, бездеятельностью.

**Активный**негативизм проявляется вербальной и физической агрессией, действия наперекор, демонстративном поведении, антисоциальных поступках и девиантном поведении.

Такой тип негативного реагирования часто проявляется в подростковом возрасте.

Детский негативизм - это своеобразный бунт, протест против родителей, сверстников, учителей. Самым первым возрастным периодом, в котором возникает негативное отношение к окружающим, является возраст трех лет. Кризис данного возраста имеет еще одно название - «Я сам», что подразумевает желание ребенка самостоятельно действовать и выбирать желаемое. В трехлетнем возрасте начинает формироваться новый познавательный процесс - воля. Ребенок хочет выполнять самостоятельные действия, без участия взрослых. Малыш сопротивляется, бунтует, наотрез отказывается выполнять просьбы. В данном возрасте категорически запрещается противодействовать автономии, взрослым необходимо дать возможность побыть ребенку наедине со своими мыслями и попробовать действовать самостоятельно. В возрасте между 1,5 и 6 годами формируется личность и происходит закладка важных черт характера. Поэтому родители должны не упустить время, когда сопротивления малыша на их требования станут заметными, поскольку это может привести к негативным формам поведения, от которых будет сложно избавиться.

В возрасте семи лет так же может проявить себя такое явление, как негативизм, однако, вероятность его возникновения намного меньше, чем в трехгодовалом и подростковом возрасте. Кризис подросткового возраста проявляется в снижении интеллектуальной деятельности, слабой концентрации внимания, пониженной трудоспособности, резкой смене настроения, повышенной тревожности и агрессивности. Фаза негативизма у девочек может развиваться раньше, чем у мальчиков.

**Психологическая коррекция детского негативизма**

Наиболее эффективной в психотерапии детского негативизма является игра, т.к. данный вид деятельности является основным в этом возрасте. В подростковом же периоде можно применять когнитивно - поведенческую терапию, т.к. она богата разнообразными тренингами и помимо устранения самого негативизма, как явления, объясняет причины его возникновения. Для детей младшего возраста достаточно эффективными являются следующие виды психотерапии: сказкотерапия, арттерапия, песочная терапия, фибротерапия.

Основные правила для коррекции негативизма у детей:

* Осуждайте не самого ребенка, а его плохое поведение, объясните, почему так поступать нельзя.
* Предложите стать ребенку на место другого человека.
* Расскажите, как необходимо ребенку поступить ребенку в конфликтной или неприятной ситуации, что ему говорить и как себя вести.
* Научите ребенка просить прощение перед теми, кого он обидел.

При воспитании негативиста старайтесь учитывать следующие моменты:

* Правила должны быть понятны детям.
* У ребенка должны быть не только обязанности, но и права.
* Требования и напоминания сообщайте спокойно, но твердо, раздражение взрослого только усилит негативную реакцию ребенка на запрет.
* При любых проблемах в поведении ребенка помогает ведение дневника. Это позволяет посмотреть на ситуацию более объективно, снизить эмоциональный накал, понять, что именно вызывает у ребенка протест.
* Ребенку необходимо иметь выбор. Например: «Ты сегодня будешь мыться под душем или примешь ванну?».
* Не следует наказывать ребенка только за то, что он говорит слово «нет». Ребенок, который не имеет права возражать, в будущем не сумеет отстаивать свою точку зрения.
* Стоит обратить внимание, не слишком ли часто в общении с ребенком звучит слово «нельзя». Сократите количество запретов - возможно, среди них есть и ненужные. Пускай чаще звучит слово «можно», обозначающее желательные формы поведения. Например: «На обоях рисовать нельзя, а на бумаге можно».
* Призывайте на помощь чувство юмора и игру. В общении с упрямым малышом бывает эффективным метод от противного: «Только не вздумай сегодня лечь в 8 часов». Или игра в мальчика-девочку- «наоборот»: «Ты сегодня все делаешь наоборот, когда я попрошу тебя о чем-нибудь. А завтра я стану «мамой-наоборот». Не срабатывают одни приемы - придумайте что-нибудь другое. Главное, испытывать как можно больше положительных эмоций от взаимного общения.
* Поощряйте активность, поиск нового, самостоятельность. Вы ведь не хотите, чтобы ваши сын или дочь выросли пассивными, зависящими от других людей, не умеющими принять решение?

Запаситесь терпением и не ждите немедленных результатов. Помните только, что это очень важный период в жизни ребенка. Важно понимать: ребенок отказывается выполнить просьбу не потому, что ему этого не хочется. Гораздо важнее проявить самостоятельность, не подчиниться воле взрослого. Если вы будете придерживаться гибкой тактики, то поможете ребенку не только избежать ненужных конфликтов сегодня, но и стать более самостоятельным.

## **Как помочь своему подростку?**

**Во-первых,**необходимо внимательно относиться к возрастному развитию своего чада, чтобы не пропустить первые, еще смазанные и неотчетливые признаки наступления подросткового возраста.

**Во-вторых,** отнеситесь серьезно к индивидуальным темпам развития вашего ребенка. Не считайте его маленьким, когда он уже начинает ощущать себя подростком. Но и не толкайте в подростковость насильно. Возможно, вашему сыну (или дочке) нужно на год или два больше времени, чем его сверстникам. Ничего страшного в этом нет.

**В- третьих,**отнеситесь серьезно ко всем декларациям вашего подростка, какими бы глупыми и незрелыми они вам ни казались.

**В-четвертых**, Как можно раньше дайте подростку столько самостоятельности, сколько он может съесть. Советуйтесь с ним по каждому пустяку*.*Пусть подросток поймет, что вы действительно, не на словах, а на деле, видите в нем равного вам члена семьи.

**В-пятых**, обязательно сами делайте то, чего вы хотите добиться от своего сына (или дочки). Звоните домой, если где-то задерживаетесь.

**В-шестых**, постарайтесь обнаружить и исправить те ошибки в воспитании, которые вы допускали на предыдущих этапах. Если вы, конечно, не сделали этого раньше. Относительно «обнаружить» проблем обычно не бывает. Потому что именно в подростковом возрасте все допущенные ранее ошибки лезут наружу и зацветают пышным цветом.