



## *Як реагувати вчителю на різні емоційні реакції дітей?*

Педагог – значущий дорослий у житті дитини, тому має володіти знаннями та навичками, як допомогти дітям та як краще реагувати на різні емоційні прояви у здобувачів освіти, оскільки діти підтримують атмосферу від вчителя. Саме значущі дорослі вчать дітей, як правильно реагувати та діяти в різних життєвих ситуаціях.

### **ПОРАДИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ПСИХОЛОГІВ ДЛЯ ПЕДАГОГІВ:**

- 1. Безумовне прийняття дитини**, не дивлячись на ситуацію, яка склалася. Насамперед нормалізація емоцій. Радість – розділити, а смуток – розвіяти, вислухавши і підтримавши дитину. Дітям буває дуже складно витримувати шалене напруження почуттів, емоцій, бажань, так як у них недостатньо життєвого досвіду. Вони потребують уваги, розуміння, тактовної ненав'язливої поради без іронії та критики або просто відвертої правдивої розмови, відповідно віку, з людиною, якій довіряють, в дружелюбній атмосфері. Аби дитина вас чула, вона повинна вам довіряти. Тоді енергія йде від серця до серця.
- 2. Важливо спокійна сприятлива психологічна атмосфера** в колективі та прийняття і розуміння дітей. Статистика говорить, що 20 – 40 % негативних впливів, що погіршують стан здоров'я дітей пов'язані зі школою, з некомфортними умовами освітнього процесу.
- 3. У випадку прояву не зовсім адекватних емоційних реакцій у дітей вчитель **НИКОГО НЕ ОСУДЖУЄ!**** У ненормальних ситуаціях будь – яка реакція нормальна. Діти проявлять емоції та справляться із ситуацією як можуть.
- 4. Педагог має пам'ятати:**  
**\*Тривожні діти** платять самовіддачею тому, хто поважає їхню людську гідність і захищає від нахабності, висловлює впевненість у їх успіху, постійно підбадьорює і підтримує.

\* **Імпульсивних** потрібно хвалити за кожний, навіть мінімальний прояв терпіння; за кожну успішну спробу стриматися; висловлювати надію, якщо дитина захоче впоратися із собою, не буде поспішати, то все вдасться.

\* Для **гіперактивних** - чіткий розпорядок дня, конкретне завдання, що потрібно виконати; домовитись наперед, що не буде робити. Не плутати з *підвищеною енергетикою* (ім потрібне додаткове навантаження).

\* На прояв **агресивності** вчитель має реагувати, оцінивши ситуацію. Спочатку важливо усвідомити міру, в якій дитина відчуває злість. Потім з'ясувати причини, що призвели до такого стану та зменшити або компенсувати їх вплив на себе чи інших. Дитину може зачепити будь – що. Що завгодно для неї може бути тригером. Іноді, малі агресори, тероризуючи інших, самі страждають від власної впертості, гніву, дратівливості. Дайте їм зрозуміти, що ви їх союзник у вирішенні внутрішніх проблем. Тактовно, стримано і послідовно вчіть самоконтролю та витримці. Раптом що, пояснити дитині, що злитися можна – але бити друзів та однокласників ми не будемо! Вчитель має знайти спосіб переключити емоції дитини з негативної на щось більш позитивне. Дуже важливо своєчасно правильно зреагувати на ситуацію (при потребі, варто залучати інших учасників освітнього процесу). Часто проблеми у дітей створює не сама злість, а спосіб її висловлювання. Якщо навіть щось не те сказано чи зроблено, - підтримайте всерівно, але в той же час вчимо дітей ніколи не підтримувати агресію, направлену на своїх. Ми всі на одній стороні!

\* Дітей, які ігнорують **вищі етичні норми**, - хваліть за найменший прояв терпіння, стриманості, добрі вчинки. Намагайтеся вчити дітей самостверджуватися позитивними вчинками.

\* **Невпевненій дитині** - оберігаючий режим. Підтримуйте, опікуйте в міру можливостей, підкреслюйте позитивні якості, вселяйте впевненість у своїх силах, виховуйте самодисципліну, щоб не залишалось місця для нерішучості. **ПРОТЕ, ДІТЕЙ ЖАЛІЄМО В МІРУ!** Дітей не можна сильно жаліти, оскільки цим ми забираємо сили, відчуття можливості. (Інше питання у випадках істерики і паніки).

\* **Замкнуту** дитину прагніть підтримати, відгородити від глузувань.

Підкреслюйте (особливо при всіх) позитивні її якості. Підвищуйте самооцінку, створюйте ситуацію успіху, допоможіть проявити себе.

\* **Екстернальні** діти потребують систематичних бесід, особливо стосовно здорового способу життя.

\* У дітей з **естетичною нечутливістю** розвивайте почуття прекрасного, їхні естетичні здібності, допоможіть їм побачити барви життя, навіть в ситуації війни.

### **5. Якщо у дитини істерика?**

Вчитель має відволікти увагу дитини і дати щось робити (запропонувати конкретну дію: «Рахуй скільки нас і т.п.). Слово «Заспокойся» - не діє! Ніякого плакання! Вернути розуміння ситуації! Запропонувати попити води.

### **6. Як реагувати, коли дитина кричить про росіян?**

Вчитель має критично оцінити ситуацію. Головне не дозволяти, і не забороняти! Якщо дитина намагається прямо нецензурним словом відправляти когось за російським кораблем, то наголошуємо, що в школі ми таких слів не вживаємо.

**7. Якщо дитина плаче**, вчитель має оцінити ситуацію. Відразу (навіть, якщо це під час уроку) підійти до дитини, запитати: «Чи потрібна їй допомога», «Чим допомогти?», «Чия допомога потрібна? Запропонувавши варіанти.

**8. Якщо дитина сидить дуже тихо, ніби завмерла**, вчитель має поцікавитися чи все у неї гаразд. Намагатися зловити контакт очей; запитати, чи дитина чує, чи бачить; при потребі запропонувати попити води. Тут головне вернути розуміння ситуації.

**9. НЕ ЗНЕЦІНЮЙТЕ.** Для дітей будь – яка проблема – проблема.

**Шановні педагоги, будьте терплячі! Вірте у своїх здобувачів освіти і підтримуйте, як вмієте і можете, головне щиро і з добрим серцем!**

Матеріали підготувала практичний психолог медичної гімназії №33, Голосіївського району, м. Києва Наумчук Наталія Олександрівна

## ***Як реагувати вчителю на різні емоційні реакції дітей?***

*Пережита травматична подія перешкоджає дитині довіряти дорослим та приймати їхню любов. Щоб допомогти дитині, нам потрібно навчитися сприймати світ її очима, допомогти відчувати себе значимою.*

*У роботі з дітьми, що пережили травматичні події не спрацьовують «звичайні» підходи до виховання. Вчителю необхідно розуміти, що стоїть поведінкою дитини. Складна поведінка дитини – це нормальна реакція дитини на “ненормальні” події. Дитина почасти не контролює власні дії (реакції на стресові події), тому не потрібно їх сприймати як невихованість. Важливо сформувати довіру дитини до інших, що стане підґрунтям для позитивного досвіду.*

*Минуле впливає на поведінку дитини, яка може не збігатися з нашими очікуваннями. Коли діти приходять у клас їх хвилює:*

- Чи зможу я почуватися тут в безпеці?*
- Чи можу я «підійти» ближче до іншого/іншої?*
- Чи діти/дорослі зрозуміють те, що мене хвилює?*
- Чи мене хтось помічає?*
- Чи важлива іншим моя думка?*
- Яким мене бачать інші люди?*

*Дитина своєю поведінкою дає сигнал дорослому, що потребує уваги, піклування та розуміння. Діти можуть битись, коли відчувають себе невпевнено, чи відмовлятися від спілкування, щоб захистити себе. Вони не можуть вчитись, тому що постійно згадують про неприємні/жахливі події у своєму житті.*

*Увага до емоційного стану дитини, позитивне ставлення педагога до дитини, прийняття проблемних аспектів поведінки чи навчальної діяльності як нормальної реакції на складні ситуації у житті це основні правила, що складають базове відношення до дитини. Заохочення, натхнення, надання можливості вибору, визнання «позитивної мети», що стоїть за складною поведінкою дитини допомагають встановити емоційний зв'язок між педагогом та дитиною.*

*На уроці та під час перерви грайте разом із дітьми. Наше завдання скласти список ігор, які ми можемо підтримувати, пропонувати, ініціювати в процесі навчання. Це можуть бути командні ігри, ігри на самопізнання, ігри на оволодіння почуттями або зняття напруги. Емпатія, яку учасники відчують як тепло, повага до почуттів та досвіду іншої людини, зацікавленість, уміння вислухати те, що хоче сказати інша/-ий, бажання зрозуміти.*

### ***Підтримка і заохочення:***

- *Уважно вислуховувати.*
- *Говорити дитині «Ти молодець».*
- *«Дякую що поділився з нами».*

### ***Особистий емоційний діалог з дитиною про її почуття та мотиви, розуміння емоційних механізмів проблемної поведінки:***

- *Порівняння стану чи досягнень дитини сьогодні з її ж станами чи успіхами вчора, фіксація на позитивних моментах такого порівняння.*
- *Використання відкритих запитань, які допомагають дитині виразити те, що складно дається.*
- *Відповідна невербальна поведінка (вираз обличчя, поза, рухи), відповідні інтонації.*
- *Уміння бути незгодною/-им, не відкидаючи думку учня чи учениці, уміння прийняти незгоду та поважати іншу думку.*
- *Вміння вислухати, не поспішати.*
- *Вміння підтримати, якщо виникнуть сильні емоції.*
- *Повага до цінностей дитини, зона найближчого розвитку чесність та відкритість у роботі з дітьми гра та приємна активність*

### ***Позиція ціннісного ставлення до дитини як рівної собі людині.***

- *Спочатку педагог ставить відкрите запитання, наприклад «Діти, що вам сподобалось під час уроку або гри?»*
- *Техніка зондування «Що ще?» стимулює дітей до висловлювання.*
- *Приймайте мовчання, дайте достатньо часу.*
- *Приєднуйтеся до почуттів, використовуючи короткі фрази: "Ага", "так", "угу", "так" тощо.*
- *Використовуйте уяву та задовольняйте бажання через фантазію та уяву, запропонуйте безпечну форму вираження почуттів за допомогою гри або творчості.*

