|  |
| --- |
| **СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**  http://psy-marketing.ru/wp-content/uploads/2009/10/Detskyi_sad-300x226.jpg  **ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК РАССЕЯН...**   ♦ Принимайте ребенка таким, какой он есть.  ♦ Не ругайте за то, что он рассеян.  ♦ Не ставьте рабочий стол ребенка рядом с окном. Уберите с него посторонние предметы.  Устраните шумы, способные отвлечь его от интеллектуальной деятельности.  ♦ Научите ребенка планировать свою деятельность. При выполнении учебных заданий  научите пользоваться алгоритмами (программой действий) и на первых порах помогите их  составить.  ♦ Поддерживайте четкий распорядок дня.  ♦ Используйте зрительные опоры для укрепления устных инструкций, заданий.  ♦ Давайте ребенку только одно задание и достаточное количество времени для его  выполнения. Во время работы не отвлекайте его.  ♦ Учите ребенка ставить цель, планировать действия в соответствии с целью, выполнять д  ействия, сличать результат с запланированным.  ♦ Научите рассеянного ребенка вязать, шить, вышивать, фотографировать, выжигать и т.п.,  так как эти виды деятельности способствуют развитию усидчивости и сосредоточенности.  ♦ Поручайте рассеянному ребенку ответственные задания, требующие поэтапного  достижения цели. В случае необходимости осторожно направляйте его.  ♦ Чаще просите проверить ошибки в чьей-либо тетради, выполнить кропотливую работу  (перебрать пшено и.т.д.).  ♦ Поощряйте и хвалите за все виды деятельности, требующие концентрации внимания,  усидчивости и сосредоточенности.  **ЕСЛИ РЕБЕНОК ГИПЕРДИНАМИЧЕН...**   * Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть. * Четко придерживайтесь режима дня. * Строго разграничьте целенаправленную и бесцельную подвижности. * Организуйте целенаправленную активность через игру. Игра обязательно должна быть * со смыслом. * Приобщайте ребенка к организованным подвижным играм, в которых он может * расходовать избыточную энергию. * Приобщайте ребенка к командным играм, где ребенок может подчиняться * определенным требованиям, ставить перед собой цель и стремиться выполнить ее. * Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания. * Ограничьте просмотр остросюжетных телепередач. * Ограничьте количество беспокойных и шумных приятелей. * Не принимайте у себя большое количество гостей и не ходите с ребёнком в шумные * компании. * Хвалите ребенка в каждом случае, если он этого заслуживает, подчеркните его успехи. * Это даст ребенку уверенность в своих силах. * Говорите с ним сдержанно, спокойно, мягко. * Учите сдерживать «бурлящие» эмоции и постарайтесь не выплескивать свои. * Старайтесь гасить конфликты, в которых замешан ваш ребенок, в зародыше. * Будьте последовательны в наказаниях и поощрениях ребенка. Если возникла * необходимость отчитать, проработать - делайте это не грубо, а взволнованно и * эмоционально. * Наказать гипердинамичного ребенка можно только неподвижностью. * Следите за дисциплиной. Устраняйте влияние всепрощающих взрослых.   **ЕСЛИ РЕБЕНОК АГРЕССИВЕН...**   * Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть. * Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребенок * всегда подражает тому, за чем привык наблюдать. * Предъявляя ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности. * Гасите конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло. * Учите ребенка правильному общению со сверстниками и взрослыми. * Расширяйте кругозор ребенка. * Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в * выполняемом. * Игнорируйте легкие проявления агрессивности ребенка, не фиксируя на них внимания * окружающих. * Установите строгий запрет на агрессивные действия ребенка. Пытайтесь понять * причины протеста и сопротивления ребенка и исключите их. * Включите агрессивные действия в контекст игры и придайте им новый социально – * приемлемый и эмоционально - наполненный смысл.   **^ БОРОТЬСЯ С АГРЕССИВНОСТЬЮ НУЖНО:** ТЕРПением. Это самая большая добродетель, какая только может быть у родителей.  ОБЪЯСненИЕМ. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте  предельно кратким.  ОТВЛЕЧЕНИЕМ. Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более  привлекательное, чем-то, что он пытается делать.  НЕТОРОПЛИВОСТЬЮ. Не спешите наказывать ребенка – подождите, пока поступок  повторится.  НАгРАДАМИ. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, место того чтобы считать  его обычным, то одно это пробудит в нем желание еще раз услышать вашу похвалу **ЕСЛИ РЕБЕНОК ТРЕВОЖЕН И ИСПЫТЫВАЕТ СТРАХИ...**  Принимайте ребенка таким, каков он есть, давая ему возможность измениться.  Ваш ребенок должен чувствовать стабильность, спокойствие, доброжелательность.  Насыщайте ребенка позитивными эмоциями: чаще смотрите «добрыми глазами»,  Осуществляйте тактильный контакт в соответствии с возрастом ребенка, оказывайте  пристальное внимание ему и его проблемам, слушайте ребенка «активно».  Относитесь к страхам и тревогам ребенка с пониманием: не смейтесь, не пытайтесь насильно  преодолеть страх.  Запаситесь терпением. Если ничего не помогает, нужно общаться с ребенком так, если бы он  был на несколько лет младше (уровень защиты для ребенка тогда был больше).  Удалите из окружения ребенка тревожных и истеричных людей.  Не рассказывайте ребенку страшные истории не только на ночь, но и днем. Не читайте  Газетную хронику происшествий. Не смотрите страшные кинофильмы.  Занимайте ребенка какой-либо деятельностью в течение дня: если ему нечем заняться, он  Может вновь возвращаться к своим переживаниям.  Заранее проиграйте с ребенком ситуацию, вызывающую тревогу. Разберите ее во всех  подробностях, продумайте и прорепетируйте его собственное поведение.  Объясните ребенку, что собой представляет пугающий объект, как он устроен, «откуда  берется». Запаситесь терпением, так как мгновенных результатов добиваться трудно.  Если страхи у ребенка не проходят и имеют навязчивый характер, прибегните к помощи  специалиста.  **ЕСЛИ РЕБЕНОК МЕДЛИТЕЛЕН...**   * Любите и принимайте своего ребенка таким, каков он есть. * Не торопите его, поощряйте, подбадривайте словом, взглядом, прикосновением. * Наберитесь терпения. Работа с медлительными детьми очень утомительна и требует * умения сдерживаться, не повышать голос. * Никогда не позволяйте ребенку работать «на время». Временной цейтнот * Категорически противопоказан медлительному ребенку. * Всемерно способствуйте развитию уверенности в своих силах. Работайте с ним на * «положительном подкреплении»: при неудачах - подбодрите, самый ничтожный успех – * подчеркните. Всегда создавайте ситуацию успеха. * Всегда помните о том, что такому ребенку нужно время «на раскачку». * Используйте приемы опережающего воздействия. Заранее напоминайте, создавайте * условия, облегчающие ребёнку выполнение задания в более быстром темпе. * Привлекайте к совместной деятельности. Ребенок, заражаясь общим настроением, * стремится согласовать свои действия с действиями других. * Стремитесь к строгому соблюдению режима дня. * Вырабатывайте у ребенка чувство времени. * Привлекайте ребенка к занятиям физической культурой, ритмикой. * Чаще переключайте внимание ребенка в процессе деятельности.     **ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАСТЕНЧИВ...**  Выражайте безусловное расположение ребенку.  Общайтесь с застенчивым ребенком доброжелательным тоном. Только такое общение не  спровоцирует повышение уровня тревожности.  Чаще поощряйте застенчивых. Поощряйте не только проявление способностей и знаний,  но также эмоций и чувств.  Всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не способен ее попросить.  Заранее разъясните ребенку новую ситуацию, и что от него требуется, так как застенчивые  дети тревожны в непредсказуемых положеньях.  Позволяйте ребенку делать ошибки. Учите их идти на разумный риск и переносить  поражения. Учите тому, что неудача - это либо неправильно выбранная цель, либо  неправильно выбранные средства.  Помогите застенчивым найти и оценить в себе все то, что есть в них хорошего, приучая  принимать похвалу без излишнего смущения.  Не предъявляйте ребенку требований, неадекватных его возможностям.  Помните, что застенчивому ребенку необходима стабильность во всём, ибо любые  изменения для них крайне болезненны.  Чаще прикасайтесь к ребенку, гладьте его, обнимайте. Прикосновение успокаивает,  лечит и стабилизирует ребенка.  Поощряйте совместную игру застенчивого ребенка с другими детьми.  Учите ребенка умению общаться с другими людьми. Чаще посылайте его в магазины или  с какими-либо поручениями к вашим друзьям, соседям.  Обращайтесь с застенчивым ребенком на уровне его роста, «глаз – в - глаз», т.е., в  буквальном смысле, склоняйтесь к нему, чтобы ваши глаза встретились в процессе  разговора.  Создайте атмосферу доверия в своем доме: пусть дети имеют возможность говорить о  своих проблемах открыто и безбоязненно.  Будьте открыты и искренни. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.  **ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛОХО ЗАПОМИНАЕТ...**   * Учите ребенка ставить цель запомнить надолго. * При подготовке уроков следует чередовать способы работы: конспектирование, * запоминание со слуха, использование схем, диаграмм, графиков, рисунков и т.д. * Для того чтобы лучше запомнить текст, нужно прочитать его вслух. * Ребенок лучше запомнит тогда, когда перескажет прочитанное. * Во время заучивания ребенок должен понять то, что нужно запомнить. * Для осмысления запоминаемого текста можно использовать следующую схему:   1. О чем или о ком говорится в тексте.  2. Что об этом говорится.   * При запоминании пользуйтесь смысловыми опорами, смысловым соотнесением и * смысловой группировкой - кто хорошо осмысливает, хорошо запоминает и долго * помнит. * Готовить уроки следует сразу же в день объяснения нового материала, так как * забывание активнее всего происходит первые 24 часа. После математики учите * историю, после физики - литературу: память любит разнообразие. * При подготовке материала день в день следует разделять во времени понимание и * запоминание. * Лучше учить по одному часу семь дней, чем семь часов подряд в один день. * Учить материал нужно в определенное время, чтобы выработать режим. Вечером, * перед сном нужно повторить выученное. * Не учите стихи по столбикам. Короткие стихи заучивайте целиком, длинные * разбивайте на порции.     **СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**   **ЕСЛИ РЕБЕНОК ЛЖЕТ...**  Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть со всеми его недостатками и   * достоинствами. * Обучая ребенка честности, будьте честны сами. Ребенок должен понимать, что вы не * можете смириться с ложью, и всякая неправда вам чужда. Даже умолчания для вас – * тоже ложь. * Чем лучше будет ребенок чувствовать себя в вашем обществе, тем более хорошее * представление у него сложится о себе самом, и тем реже у него будет возникать * желание солгать. * Чаще хвалите, ободряйте ребенка, поощряйте за хорошие поступки. * Если вы уверены, что ребенок лжет, постарайтесь вызвать его на откровенность и * выяснить причину лжи. * Причинами лжи могут быть следующие проблемы:   + нужда в похвале или проявлении любви взрослого;   + попытка скрыть свою вину;   + попытка избежать наказания;   + желание выразить свою враждебность тому, кому лжет. * Найдя возможную причину лжи, постарайтесь действовать и помочь ребенку гак, * чтобы разрешить его проблему. * Не наказывайте ребенка, если он сам сознается во лжи, дав оценку собственному * проступку. * Сделайте все от вас зависящее, чтобы у ребенка не было заниженной самооценки.     **Советуют психологи**   **Готов ли к школе будущий первоклассник?**   Попробуйте самостоятельно определить, готов ли Ваш ребёнок к учёбе в школе.   Проверьте, может ли он:   * В течение минимум 30 минут, не отвлекаясь, заниматься каким-либо одним делом; * За 10 минут составить по картинке рассказ из 6-7 предложений; * За 3 минуты собрать картинку, разрезанную на 8 частей; * В течение 1-2 минут составить из 5-6 чисел (например, 2, 8, 5, 9, 4, 10) убывающий и * возрастающий ряд; * При сравнении двух предметов выделить признаки, сходство и различие; * За 3 минуты назвать не менее четырёх диких и домашних животных, фруктов и овощей, * птиц, цветов.   Присмотритесь, как он ведёт себя при знакомстве со взрослыми и сверстниками, любит ли  конструировать, лепить, играть в настольные игры, легко ли выполняет поручения. Если  хочет идти в школу, то для чего? Учиться, узнавать новые вещи или просто дружить с  одноклассниками.  **Советы психолога**   1. Если ребёнка *хвалят*, он учится быть *благодарным*. 2. Если ребёнка постоянно *критикуют*, он учится *ненавидеть*. 3. Если ребёнка *подбадривают*, он *верит в себя*. 4. Если ребёнок *растет в упрёках*, он учится *чувству вины*. 5. Если ребёнок *живёт в радости*, он учится *верить в людей*. 6. Если ребёнка *высмеивают*, он становится *замкнутым*. 7. Если ребёнок *растёт в терпении*, он учится *принимать других*. 8. Если ребёнок *растёт во вражде*, он учится *агрессивности*. |