шпаргалка для родителей

**Активные дети**

Активность частенько раздражает взрослых, которым хочется, чтобы все вокруг было «чинным и благонравным», В то же время, для ребенка движение — это и признак, и средство развития и роста, т. е. естественная потребность.

В большинстве своем дети хотят справиться со своими проблемами, потому что видят реакцию взрослых, недовольных их поведением. Но по-настоящему сделать это можно, только поняв, действительно ли это проблема, а не естественная потребность ребенка в движении, а также выяснив причины.

**Как предотвратить проблему**

Важно помочь перевозбужденным детям почувствовать себя уверенно, научить самоконтролю и самоуважению.

Информируйте ребенка заранее о предстоящих делах: «Сейчас мы оденемся и пойдем гулять. Примерно через час вернемся и будем обедать. Надевай сапожки, куртку и пойдем».

По возможности, придерживайтесь режима дня — сон, еда, прогулка в одно и то же время.

Научитесь видеть положительные стороны в активности ребенка: он быстро включается в действие, быстро выполняет работу.

Не предлагайте малышу занятий, требующих слишком долгого сидения на одном месте, в конце концов, рисовать можно и стоя, и лежа.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Слишком энергичному ребенку нужно давать время и возможность выплеснуть свою энергию так, чтобы это не принесло вреда ни ему, ни окружающим: кувыркаться на матраце, пролезать под стульями, сжимать в руке мячик или силомер.

Чтобы помочь активному ребенку сосредоточиться, возьмите его на колени или придерживайте его рукой за плечи.

Как можно чаще, когда малыш спокоен, давайте ему знать, что его сверхактивное поведение улучшается: «Видишь, ты уже смог надолго сосредоточиться. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

Поручайте ему дела, в которых нужно проявление активности, — собрать всех к столу, принести необходимый предмет.

 шпаргалка для родителей

**Воровство**

Если только ребенка не учит воровать кто-нибудь из взрослых, что встречается довольно редко, то в большинстве случаев он это делает потому, что чувствует себя в чем-то обделенным. Такому ребенку кажется, что он лишен чего-то такого, что есть у других детей. Если дошкольники обделены вниманием и заботой, они пытаются овладеть какими-то материальными объектами в качестве замены. Это приносит удовлетворение ненадолго, и они повторяют свои действия снова и снова. Взрослые люди тоже часто проделывают нечто в этом роде, когда начинают чувствовать себя одинокими, несчастливыми и нелюбимыми, только вместо воровства они покупают себе подарки.

Иногда ребенок кладет в карман игрушку просто по привычке класть все в карман, не задумываясь о том, что совершает что-то неправильное.

**Как предотвратить проблему**

Позаботьтесь, чтобы ребенок не чувствовал себя обделенным вашим вниманием, заботой.

Помогите ребенку обрести чувство собственного достоинства, чтобы он не испытывал страданий от того, что у других есть нечто большее.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если подозреваете, что ребенок взял чужую вещь, но до конца не уверены в этом, попросите его вывернуть карманы, когда поблизости никого нет. Если окажется, что ребенок ничего не брал, объясните ему причины вашего беспокойства и обязательно извинитесь.

Если вы поймаете ребенка на воровстве, то спокойно попросите его положить предмет на место. Не стыдите его, не унижайте.

Предоставляйте ребенку больше возможностей выполнять роль лидера или вашего помощника. Это даст ему ощущение собственной значимости.

Если другим детям становится известно, что ребенок ворует, поговорите с ними о том, что важно помочь ему справиться с этой проблемой.

Обсудите вместе с другими членами семьи, с воспитателями возможные причины такого поведения. Вместе их найти намного проще.

 **шпаргалка для родителей**

**Если ребенок дерется**

Гораздо более типичным такое поведение является для мальчиков. Вероятно, это объясняется целым комплексом причин — мужские гормоны, ожидаемые обществом модели поведения, более грубые игры. Девочки чаще выражают свою агрессию словом, выражением презрения, «отлучением» от себя. Прежде чем что-либо предпринимать, убедитесь, что это именно проявление агрессивности, а не просто игра или неумение объяснить свои желания.

Дети видят модели такого поведения на улице, в популярных телепередачах и переносят некоторые действия в свои игры.

Многие дошкольники еще не в состоянии полностью контролировать сильные чувства и ведут себя импульсивно, не могут осознать все возможные последствия своих действий.

Можно и нужно научить детей действовать по-разному в разных обстоятельствах: там, где нужно, уметь защитить себя, где нужно — уйти от драки.

**Как предотвратить проблему**

Ограничьте время просмотра боевиков и сериалов, если не можете их исключить полностью.

Дайте ребенку возможность естественного конструктивного выхода энергии — не запрещайте бегать, вволю кататься на велосипеде и роликах, строить дома из стульев и т. п.

Сделайте дома подобие боксерской груши.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если дети начинают драться или бороться в неподходящее время, скажите им: «Сейчас наступило время спокойно играть (собираться на прогулку, готовиться к обеду), а вот после вы сможете побороться, только возьмите матрац».

Договоритесь с ребенком о некоторых правилах борьбы: не ставить подножку, не бить ногами и т. п.

Если ребенок отбирает игрушки и вещи у других, действуйте методом логических последствий: «Если ты отберешь игрушку у Кости, что может случиться дальше?»

Помогите ребенку осознать свое поведение. Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его поведение улучшается: «Видишь, ты можешь без кулаков объяснить другим, что хочешь, и дети принимают твои идеи. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

шпаргалка для родителей

**Если ребенок дразнится и ругается**

Эта проблема представляет определенную сложность, потому что, с одной стороны, взрослые не хотят «спускать» использование бранных слов, а с другой стороны, знают, что если на это обращать слишком много внимания, то дети будут ругаться еще больше.

Не стоит считать, что все плохое дошкольники получают в детском саду. В реальности все без исключения ребята уже когда-то и где-то слышали эти слова раньше, просто сейчас они вошли в тот возраст, когда им интересно испытать их эффект на своем опыте. Как правило, есть два типичных периода, когда дети ругаются: от 2,5 до 3,5 лет и от 4 до 5.

**Как предотвратить проблему**

Поговорите с ребенком о значении слов, которые люди обычно используют для того, чтобы выразить отрицательные эмоции. Например: мне не нравится, я рассердился, мне неприятно, я злюсь, мне больно и т. д.

Когда ребенок выражает свои чувства приемлемыми словами, похвалите его: «Это просто замечательно, что ты по-человечески объяснил нам, что ты чувствуешь».

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Сначала нужно разобраться, почему малыш говорит бранные слова. Это может быть желание привлечь к себе внимание взрослого или других детей. Это может быть одним из способов обрести некоторую власть над другими, выводя взрослых из терпения, обижая детей. Это может быть автоматическая реакция на обиду или злость — ребенок видит, что родители поступают именно так.

Если ребенок ищет внимания и власти — полностью проигнорируйте его слова. Если другие люди или дети пожалуются вам на это, скажите: «Я слышала и не обратила на это внимания. Вы можете сделать также». Не проявляйте никакого волнения или гнева, так как ребенок именно этого и добивается. Несколько минут спустя спокойно поговорите с ним о недо­пустимости использования таких слов.

Если ребенок произносит бранные слова автоматически или в подражание взрослым, вмешайтесь мгновенно, но очень спокойно. Скажите ему, что эти слова могут обидеть других.

 **шпаргалка для родителей**

**Если вам не нравятся черты характера вашего ребенка**

Для начала вспомните свое детство. Вашим родителям все нравилось в вас? Что они делали? Что вы чувствовали? Как вы к этому относились? Подумайте, не повторяете ли вы ошибок ваших родителей?

Все-таки не нравятся?

**Как быть**

Пожалуйста, действуйте осторожно, не тревожа ребенка, пока сами не разберетесь в причинах своего неудовольствия или тревоги.

Обдумайте, какие именно черты вам не нравятся. Понаблюдайте за ребенком — как, в каких ситуациях они проявляются. Вполне возможно, что вы какими-то своими действиями провоцируете ребенка на негативные проявления.

Попробуйте взглянуть на эти не устраивающие вас черты иначе. Например, ребенок «упрямый, настырный». Если не вы — причина упрямства, то посмотрите, как эти качества проявляются в самостоятельной деятельности малыша: возможно, приняв решение, он обязательно выполняет его; начав дело, доводит его до конца, несмотря на внешние помехи (вы требуете, чтобы он немедленно шел обедать). Нет ли здесь положительных черт?

«Оборотной стороной медали» могут оказаться такие черты, которые очень желательны или компенсируются другими особенностями ребенка. Например, ребенок, на взгляд родителей, очень несобран, неаккуратен в своих вещах. Более внимательный взгляд на поведение малыша может открыть возможную причину этих явлений — у него буйная фантазия, он все время что-то придумывает, и беспорядок — следствие развитого воображения в большей степени, чем прямая неаккуратность.

Самое главное: постарайтесь увидеть лучшие черты личности своего ребенка. Осознайте их значимость и ценность. Дайте возможность малышу знать и чувствовать это. Способствуйте развитию сильных сторон характера, это придаст дошкольнику уверенность, желание измениться в лучшую сто­рону.

 **шпаргалка для родителей**

**Если вам не нравится собственный ребенок**

Такое тоже случается. Иногда родители заранее создают желаемый образ будущего ребенка: «мальчик, красивый, кудрявый, пухленький», а рождается девочка, растет худенькой и даже вовсе не хорошенькой.

Здесь нет проблемы ребенка до тех пор, пока взрослые ее не создадут для него тем, что внушат неуверенность в своих силах, возможностях и перспективах. Проблема — в родителях.

**Как предотвратить проблему**

Не настраивайте себя заранее на пол и внешность ребенка.

Старайтесь просто любить того, кто еще не родился, а родившегося — любить таким, какой он есть.

Не завидуйте родителям «херувимов и серафимов», у них может быть не меньше проблем.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Вспомните собственное детство, посмотрите свои детские фотографии, возможно, ваш великолепный сегодняшний образ — следствие тщательной работы над собой, в большей степени, чем природная красота и задатки.

Подумайте, чем обусловлены ваши требования к образу ребенка — модой, стремлением к превосходству над другими, сложившимися стереотипами?

Обдумайте и перечислите все сильные стороны своего малыша и постоянно помните о них, помогайте им развиться.

Решите сами, что можно сделать, или привлеките на помощь специалистов, если видите, что некоторые особенности вашего малыша слишком бросаются в глаза другим.

 **шпаргалка для родителей**

**Злость и жестокость**

Видеть в детях злость и жестокость всегда очень тревожно и неприятно. Мы задумываемся, не вырастут ли из них такие взрослые, которые идут на преступления, не обращая внимания на боль и страдания других людей.

Дети, которые часто проявляют злость и жестокость, могут делать это из-за того, что чувствуют себя незащищенными, нелюбимыми или слишком часто видят образцы такого поведения вокруг себя.

**Как предотвратить проблему**

Следует проявлять к ребенку эмпатию, не рассматривая его как проблему. Нужно дать понять малышу, что он хороший, достойный любви человек, но некоторые его поступки вы не одобряете.

Признайте гнев, ярость ребенка приемлемыми чувствами, но покажите другие способы их выражения: «Я знаю, что ты был зол. Это нормальное человеческое чувство. Если тебе не нравится то, что делает ..., скажи об этом словами или выбери для игры кого-нибудь другого». «Я понимаю, что ты не любишь пауков. Я тоже их не люблю и даже боюсь, но убивать их нельзя, лучше отойти в сторону, пусть скорее убегают к своим деткам».

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Вмешивайтесь каждый раз, когда видите проявления жестокости, и заставьте ребенка в полной мере осознавать, к каким результатам привело его поведение. «Когда ты выгнал Андрея из игры, он очень обиделся, ему было больно от такой несправедливости».

Поймите, что ребенок, который проявляет жестокость, пытается «поднять» себя за счет того, что обижает других. Помогите ему увидеть в себе хорошее, никак не зависящее от сравнения с другими: «Каждый человек очень важен. Вот ты так любишь и умеешь рисовать, что все дети с удовольствием просят тебя помочь».

Не скупитесь на ласку, когда ребенок проявит хорошие чувства по отношению к другим: «Ты помог Коле, ты хороший друг».

Помогите другим детям, по отношению к которым проявляется жестокость и насилие, постоять за себя: «Я буду играть с тем, с кем хочу», «Никто не имеет права делать мне больно».

 **шпаргалка для родителей**

**Если ребенок кусается**

Чаще всего дети кусаются в возрасте от 12 до 24 месяцев. Причиной «кусачести» может быть прорезывание зубов, возбуждение, гнев. Иногда ребенку не хватает слов, и, пытаясь завладеть игрушкой, он кусается, считая

это хорошим способом добиться своего. Чаще всего это происходит как мгновенная реакция, импульсивное действие, ребенок слишком мал, чтобы продумать какие-то другие, более приемлемые действия.

**Как предотвратить проблему**

Помогайте детям выражать свои чувства и потребности словами: «Катя говорит: "Дай, дай". Это значит, она хочет поиграть с этой игрушкой». «Катя скажет: "Нет, нет". Это значит, Катя не хочет кушать».

Если вы видите, что ребенок чем-то расстроен, не спешите занять его нужными вам делами. Сначала помогите успокоиться — подержите на руках, поговорите с ним, добейтесь улыбки.

Позаботьтесь, чтобы у ребенка было достаточно безопасных предметов для режущихся зубов.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Дети ясельного возраста, как правило, еще слишком малы, чтобы соотносить между собой то, что они кого-то укусили, и то, что взрослый сердится. Поэтому в такого рода ситуациях наказание, как правило, мало помогает. Лучше утешьте того, кого укусили, и достаточно резко скажите «кусаке»: «Это же больно!». Ваше лицо должно быть строгим, чтобы ребенок видел, что вы его не одобряете. Будьте лаконичнее, чтобы «кусака» не получил от вас слишком много внимания.

Внимательно понаблюдайте и попробуйте выяснить, в чем причина «кусачести». Если удастся, попробуйте поймать тот момент, когда малыш еще только вознамерится укусить. Остановите его и скажите: «Нельзя! Будет больно!».

Если ребенок готов кусаться от отчаянья — у него отняли игрушку, остановите его и помогите «озвучить» нужду: «Скажи ему: "Дай"».

Если ребенок кусается в какое-то определенное время (перед сном или обедом) — подумайте, что можно изменить в режиме. Например, перед обедом дайте ему кусок морковки, кочерыжки.

 **шпаргалка для родителей**

**Если вам не нравятся друзья ребенка**

Прежде чем начать действовать, попробуйте сформулировать для себя, что именно вам не нравится. Возможно, дело не в личных качествах этих детей, а в вашем предубеждении против их родителей, окружения и т. п.

Если проблема не в этом, понаблюдайте, в какие игры дети играют вместе, как складываются отношения между ними. Попробуйте понять, что привлекает вашего ребенка в его приятелях. Вполне вероятно, он находит в них компенсацию своих трудностей. Например, вы слишком сильно опекаете и регламентируете жизнь вашего малыша, он чувствует свою несвободу, а его приятель, наоборот, демонстрирует полную самостоятельность и инициативность.

В этом случае проблема не в друзьях, а в вашем стиле отношений со своим ребенком.

**Как предотвратить проблему**

Постарайтесь своевременно рассказать своему ребенку, какие черты характера людей, какие игры вы считаете достойными.

Не забывайте говорить малышу о его лучших сторонах.

Приглашайте в гости детей еще до того, как ребенок будет иметь возможность знакомиться и заводить друзей самостоятельно.

Пожалуйста, сдерживайте свои эмоции, если ваше отношение к друзьям ребенка определяется какими-либо «взрослыми» мотивами.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Даже если вы твердо уверены, что все дело в невоспитанности друзей, не устанавливайте жестких запретов на эту дружбу — она может «уйти в подполье». Будет лучше, если вы неназойливо и спокойно обратите внимание своего ребенка на хорошие качества этих ребят, а вслед за этим твердо сформулируете свое мнение об отрицательных. Здесь нельзя обойтись без примеров, именно поэтому следует сначала понаблюдать за детьми, тогда ваши высказывания будут обоснованными.

 шпаргалка для родителей

**Если ребенок часто обманывает**

Все маленькие дети иногда говорят неправду. В большинстве случаев они делают так потому, что не считают это чем-то недопустимым или безнравственным. Они убеждены, что нет ничего плохого в том, чтобы соврать, если этим поможешь другу или избежишь наказания. Никакие лекции, нотации, внушения тут не помогут и поведения не изменят.

Вместо этого взрослые должны перестать ставить детей в такие ситуации, когда они вынуждены лгать, «чтобы спасти

свое лицо». В отдельных случаях мы должны просто прощать, относя это на счет поведения, типичного для маленького ребенка.

Иногда можно принять за ложь фантазии малыша. К обману они никакого отношения не имеют.

**Как предотвратить проблему**

При всякой возможности старайтесь показать ребенку разницу между миром фантазии и реальным миром: «Конечно, играть в Бэтмэна интересно, но он ненастоящий, его придумал писатель, а потом сняли фильм».

Постарайтесь не ставить ребенка в ситуации, когда он будет вынужден оправдываться. Не спрашивайте: «Почему ты так сделал?» — лучше спросите: «Что произошло, когда вы поссорились?».

У ребенка должно развиваться чувство собственного достоинства. Это возможно только тогда, когда он будет твердо знать, что его любят и принимают в любых ситуациях.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если ребенок врет вам прямо в глаза, не уличайте его, не ругайте.

Если вы твердо знаете, что ребенок сейчас лжет, скажите: «Ты рассказал очень интересную занимательную историю», — давая ему понять, что отличаете ложь от правды.

Никогда не спрашивайте у малыша, правда ли то, что он сейчас рассказывает, потому что это как раз и поставит его в ситуацию обмана.

Упорное вранье — сигнал того, что ребенок сильно неуверен в себе: он испытывает потребность «сочинить себя», чтобы быть более значимым для окружающих.

Если обман связан с отрицанием факта совершения поступка, скажите: «Мы все иногда поступаем не так, как нужно. Ты хороший человек, давай вместе решим, что нужно сделать».

**шпаргалка для родителей**

**Если ребенок вынуждает вас делать покупки**

Это вполне распространенное явление. Чаще всего требованием покупок дети пытаются компенсировать недостаток внимания к себе со стороны взрослых. Новая игрушка, шоколадка вызывают чувство удовлетворения на некоторое время, но не надолго.

Кроме того, причиной такой требовательности могут быть неустоявшиеся интересы: сегодня это — рисование, завтра -— динозавры и т. д.

Особое значение требование покупок может иметь в *А*— 5 лет. В этом возрасте дети начинают приобретать друзей, а поводом для привлечения внимания служит предмет (игрушка, конфета, новое платье).

**Как предотвратить проблему**

Постарайтесь, чтобы ребенок не испытывал дискомфорта от недостатка проявлений вашей любви и заботы. Вовсе не обязательно делать для этого покупки — шишка из леса «от зайчика», горсть желудей «из белкиного дупла» вызовут не меньше радости, разбудят воображение.

Всегда предупреждайте ребенка о готовящемся походе в магазин за покупками специально для него. Момент выхода в «свет», выбор покупки, участие в расчетах за нее вполне сообразны потребностям ребенка в социальных навыках и принесут удовлетворенность.

Не лишайте ребенка права участия в обсуждении и планировании расходов семьи.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если требования покупок неправомерны, не сообразны с вашим бюджетом и принимают характер истерик, старайтесь не обращать на такое поведение внимания, только следите, чтобы действия ребенка не угрожали безопасности его и других.

 **шпаргалка для родителей**

**Если в семье появился еще один ребенок**

Появление нового ребенка в семье всегда знаменует собой большие перемены — независимо от того, родится ли этот ребенок у родителей, будет ли он ребенком нового папы или мамы или его усыновят.

**Как предотвратить проблему**

Рассказывайте детям о том, откуда берутся и как появляются на свет дети. На этот счет существует много детских книг, которые помогут объяснить это простым и естественным образом. Можно сделать это, когда у домашних животных появляется потомство.

Поговорите с детьми о том, какими разными способами создаются семьи; в том числе и об объединении семей, усыновлении.

Разъясните, где и как развивается ребенок до рождения.

Обратите внимание на то, что прежде чем младенец вырастет до того состояния, когда с ним можно будет играть, должно пройти много времени. Объясните, что за маленькими детьми нужно много ухаживать, поэтому взрослые гораздо больше заняты маленьким. Ведь когда ваш ребенок был но­ворожденным, за ним ухаживали точно так же.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Как можно больше привлекайте ребенка к приготовлениям к рождению малыша, тогда он будет чувствовать себя важным и нужным.

Необходимо в течение дня выделять время, посвященное только старшему ребенку, — почитать, поговорить, поиграть.

Дайте ребенку возможность рассказывать близким родственникам о том, как развивается малыш, что умеет делать, чему его «научил» он, старший.

Примите как должное ревность и даже ненависть, которые могут возникнуть у старшего. Учтите, что многие дети, после того как малыш родился, хотят «сдать его обратно». Предложите разные способы выплеснуть свои чувства и эмоции

— рисовать, мять тесто, играть в куклы, с песком и водой.

Помогите старшему усвоить такие речевые обороты: «Не могла бы ты уделить мне внимание, когда маленький заснет?», «Ты не сможешь погулять со мной, когда с маленьким сидит папа?»

 **шпаргалка для родителей**

**Если ребенок сосет палец**

Для детей меньше четырех лет это не является тревожным симптомом, на него просто не нужно обращать слишком много внимания. Для более старших это считается проблемой, так как значительно увеличивается риск зубных аномалий. Если ребенок, который сосет палец, страдает еще какими-то эмо­циональными расстройствами, оставьте в покое палец и займитесь, в первую очередь, психологическими проблемами.

**Как предотвратить проблему**

По возможности оберегайте ребенка от стрессовых состояний, вызывающих потребность в успокоении.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Все привычки, которые действуют на ребенка успокоительно, искоренить очень трудно. Важно иметь терпение и быть спокойным и последовательным.

Когда ребенок начнет сосать палец, займите его чем-то другим, таким же «успокоительным» — предложите взять в руки большую мягкую игрушку, полежать на подушке, полистать книжку.

Когда вы видите, что ребенку некоторое время удается не сосать палец, тихонько скажите ему: «Ты можешь по-настоящему гордиться собой за то, что в состоянии так долго держать палец подальше ото рта».

Так как привычки — это чаще всего неосознанные действия, ребенок может даже не заметить, когда он взял палец в рот. Чтобы не смущать его перед другими детьми замечаниями, договоритесь о каком-то условном знаке, который вы ему подадите, если увидите у него во рту палец.

 шпаргалка для родителей

**Стеснительные и замкнутые**

Эта черта характера может сохраняться у человека всю жизнь, и люди часто говорят о ней с болью и горечью. Одна из причин этого явления — низкая самооценка. Ребенку кажется, что над ним будут смеяться, что его не примут другие, что он хуже всех.

**Как предотвратить проблему**

Сделайте так, чтобы ребенок чувствовал себя любимым, желанным, уважаемым.

Бережно относитесь к идеям и высказываниям малыша, даже если это просто робкие попытки как-то подать голос.

Как можно чаще называйте ребенку его положительные, сильные черты с тем, чтобы у него формировался положительный образ себя.

Поддерживайте и поощряйте инициативы ребенка, стремление сделать, решить что-то самостоятельно.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если ребенок проявляет стеснительность в разумных пределах, отнеситесь к этому просто как к индивидуальной особенности. Вмешиваться стоит только тогда, когда вы видите, что стеснительность приводит к серьезным проблемам: мешает заводить друзей, включаться в игры и занятия.

Не «давите» на ребенка, не подчеркивайте его особенность, уважайте его потребность быть немного в стороне, но предлагайте такие задания, которые требовали бы включения в деятельность других детей.

Начните играть или выполнять какое-то задание вместе с ребенком. Через некоторое время предложите другим детям присоединиться к вам. Когда они разыграются, тихо удалитесь.

Обязательно научите ребенка нужным словам — как предложить сверстнику играть вместе.

Каждый раз, когда стеснительный ребенок будет играть вместе с другими, отметьте это: «Как приятно видеть, что ты играешь вместе со всеми».

Ограничьте время, которое ребенок может проводить в уединении, скажите, что другим тоже хочется посидеть в одиночестве.

Не ждите скорых перемен.

 **шпаргалка для родителей**

**Если ребенок испытывает страхи**

Страхи возникают потому, что у дошкольников сильно развито воображение, и потому, что как раз в этом возрасте в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно — не видно опасности, а если ее не видно — я не смогу защитить себя». Дети пережива­ют период конфликта с собой, когда они уже хотят быть независимыми и в то же время им еще нужна защита взрослого.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них сильно развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые неимоверные взаимосвязи, и в то же время правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

Страх перед чудовищами может представлять собой проявление повышенной тревожности ребенка.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи — это нормально, если только они не начинают мешать ребенку играть, заводить друзей и быть самостоятельным (в разумных пределах).

**Как предотвратить проблему**

Создайте у ребенка "ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним.

Относитесь с участием ко всем чувствам малыша, даже если вам не нравится, как он себя ведет: «Я вижу, ты испугался. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».

Разными способами помогайте ребенку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно поговорить о них, нарисовать их, сочинить страшные истории и записать их.

Почитайте книжки, лучше всего традиционные сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».

Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится.

Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься темноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».

 **шпаргалка для родителей**

**Дети с преждевременным сексуальным развитием**

Если ребенку слишком много известно о сексе, если он совершает провокационные телодвижения, если пытается вовлечь других детей в игры, связанные с сексом, если пытается дотронуться до половых органов сверстника, то считается, что это ребенок с преждевременным сексуальным развитием (ПСР).

**Причинами этого явления могут быть**

Ребенок усвоил, что таким образом он может быть более популярен у других детей.

Он имитирует поведение своих родителей или разыгрывает сцены из фильмов.

У дошкольника низкий уровень самооценки, и такое поведение — способ почувствовать себя взрослым, обратить на себя внимание.

Ребенок когда-то подвергался сексуальным домогательствам.

**Как предотвратить проблему**

Дети испытывают естественный интерес к тому, как устроено их тело, поэтому надо без ажиотажа удовлетворить их любопытство: спокойно рассмотреть друг друга в бане, изучить иллюстрации в книге. Следует поговорить с ребенком о теле человека совершенно естественным и непринужденным образом.

Так как на детей льется поток откровенной сексуальности через рекламу, скажите им, что такое поведение вполне нормально для взрослых, но НЕнормально для маленьких.

Проявляйте больше интереса к ребенку с тем, чтобы повысить его самооценку. Учтите, когда взрослые не обращают на детей достаточно внимания, те начинают разными средствами искать внимания родителей, других детей, даже посторонних и могут стать причиной недовольства или объектом насилия.

**Как справиться с проблемой, если она уже есть**

Если вы заметите, что дети увлеченно рассматривают гениталии друг друга, но при этом никаких действий не наблюдается, спокойно скажите им: «Нельзя трогать руками половые органы, потому что они очень нежные и их можно нечаянно поранить или запачкать, тогда они воспалятся».

Если вам доведется увидеть ситуацию, когда один ребенок заставляет делать других то, что ему хочется, то непременно спокойно вмешайтесь. Скажите ребенку, который совершает подобные действия, что вы не потерпите этого.

Помогите ребенку, которым начал манипулировать ребенок с ПСР, постоять за себя: «Я не хочу, чтобы ты это делал со мной».

Чаще хвалите ребенка с ПСР, когда он проявляет свои нормальные детские навыки.