

ЧТО ТАКОЕ ХОРОШО



И ЧТО ТАКОЕ ПЛОХО

2024 год



Что такое хорошо и что такое плохо?



Для нас, взрослых, обыденные вещи и события, предельно просты: если кто-то в квартире спит, значит нельзя шуметь, если на улице идет дождь нужно взять зонт, во время еды нельзя разговаривать и т.д





Человек среди людей



Рекомендации по воспитанию мальчиков:

- Папе, общаясь с сыном, следует сдерживать эмоции, стараться разговаривать, не повышая тона, спокойно.
- Мальчикам нужно реже ЗАПРЕЩАТЬ, а чаще РАЗРЕШАТЬ что-то дополнительное за хороший поступок.
- Мальчикам должны быть естественными проявлять свою эмоциональность (не ругать за слезы).
- Мамам нужно больше доверять воспитание сына папе: он ЧУВСТВУЮТ, как нужно воспитывать мужчину.



Рекомендации по воспитанию девочек:

- Во-первых, очень важно чтобы между дочерью и мамой (а также папой) были теплые, доверительные отношения. В свою очередь родителям необходимо подчёркивать нежные и заботливые отношения в паре, чтобы у девочки сложились впечатления о счастливой семейной жизни.
- Отцу следует находить время на общение с дочерью: показывать, что дочь отличается от него, она другого пола; но делать это он должен с уважением и благожелательностью, чтобы она поняла, что достойна любви мужчины.
- Уважать личность дочери, проявляя удовлетворённость её поступками, формировать позитивную самооценку девочки.
- У мамы с дочерью должны быть свои "женские секреты": мама должна находить время для разговора с дочерью «по душам». Беседы должны быть регулярными.



10 заповедей для родителей



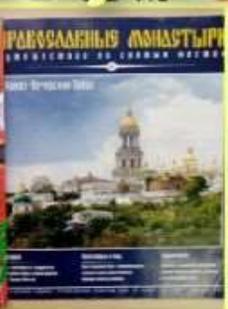
1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты хочешь. Помогите ему стать собой.
2. Не требуйте от ребенка платы за все, что вы для него сделали.
3. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.
4. Не относитесь к его проблемам свысока.
5. Не унижайте!
6. Не забывайте, что самые важные встречи человека - это его встречи с детьми.
7. Помните, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Ребенок - это не тиран, который завладевает всей вашей жизнью. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение.
9. Умейте любить чужого ребенка. Никогда не делайте чужому то, что не хотели бы, чтобы делали вам.
10. Любите своего ребенка любым - неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним - радуйтесь, потому что ребенок - это праздник, который пока с вами.



РАСКРАСКИ
по теме:
Мой ГОРОД,
Моя СТРАНА,
Моя ПЛАНЕТА!



Человек в культуре



Несколько рекомендаций родителям по формированию у детей чувства патриотизма:

— Побеседуйте с ребенком о вашей семье; дайте характеристику каждому члену семьи в отдельности, покажите заботливое уважительное отношение между всеми членами семьи. Рассмотрите семейные фотографии; вместе с ребенком составьте «Герб семьи», «Генеалогическое дерево». С самых ранних лет необходимо научить малыша уважать и беречь семейные традиции, знать свою родословную, почитать старшее поколение. Ведь семейный очаг, соединение родственных душ под одной крышей – начальное звено соборного воспитания.

— Знакомьте ребенка с «малой родиной» – близлежащей улицей, микрорайоном, родным городом, его знаменитыми жителями, достопримечательностями, символами. Возвращаясь с ребенком из детского сада, предложите ему игру «Кто больше заметит интересного?», «Что нового появилось на нашей улице?», «Как горожане украшают свой район к празднику?».

Помогите ребенку увидеть то, что в воспитательном отношении наиболее важно: труд людей, преобразование облика города, района. Дома предложите малышу нарисовать, что больше всего понравилось на прогулке.

— Заботьтесь о духовно-нравственном воспитании малыша; посетите православный храм, побеседуйте о православии, об истоках русской святости. Дайте первоначальные знания о важных православных праздниках: Рождество, Масленица, Пасха, Троица.



Картинка стихов для детей дошкольного возраста о РОДИНЕ.



Консультации для родителей
«Родной свой край – люби и знай»

Малая Родина

Мы гордимся нашей великой Родиной, её природой, её трудолюбивыми и талантливыми людьми. Но у каждого из нас есть своя Малая Родина – тот уголок земли, где мы родились, где прошло ваше детство, где живут ваши родители и друзья, где находится ваш родной дом. Для кого-то малая родина – небольшой посёлок или деревенька, для других – городская улица и уютный зелёный дворик с качелями, песочницей и деревянной горкой. Словом, малая Родина у каждого своя!



«Любовь к родному краю, родной культуре, родной речи начинается с малого – с любви к своей семье, к своему жилищу, к своему детскому саду.

Постепенно расширяясь, эта любовь переходит в любовь к Родине, её истории, прошлому и настоящему, ко всему человечеству»

Д.С.Лихачёв





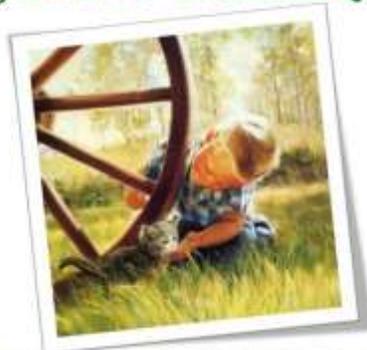
Забота о братьях наших
меньших





Консультация для родителей

Пушистые «воспитатели»



Каждый родитель хоть раз в жизни сталкивался с ситуацией, когда у ребенка возникнет желание завести домашнего питомца. Ближе всего родителям чаще всего негативно относятся к просьбе ребенка купить котенка или щенка. «Д кто будет с ней заботиться? Корючить и убирать за нее?» – вот главные вопросы, которые рождаются сразу после этой просьбы. И совершают при этом большую ошибку. Ведь желание купить котенка или щенка это не детский каприз, это потребность ребенка иметь друга. Друга, который никогда не предаст, всегда будет рядом и, что немаловажно, преподает ребенку уроки терпения, ответственности и ответственности.

Поэтому, если у вашего ребенка возникло желание завести домашнего животного, и у вас нет реальных причин не делать этого (платицеер, аллергия одного из детей семьи), услышав его и купив ребенка «друга». Ведь уверены, что приобретеное домашнее животное будет гораздо больше радости, чем вы думаете. И какие проблемы, давайте мы с вами и решим.



Памятка «Хотите завести питомца?»

1. Хотите собаку или кошку? Тысячу раз подумайте: хватит ли у вас терпения прочитать литературу, как ухаживать за этой породой и что от неё ожидать?— это надо сделать в первую очередь. Потом: кто с ней будет гулять, хватит ли денег, чтобы её прокормить. А если заболит? Кто её будет воспитывать? Нет ли у кого аллергии на шерсть?
2. Если завели питомца, заботиться о нём и ни в коем случае не выбрасывать.
3. Если нельзя держать животное дома из-за болезни домочадцев, найти для питомца других хозяев, и проследить чтобы животному там было хорошо.
4. **Запомните раз и навсегда:** на питомцев нельзя кричать, нельзя бить и пугать.
5. Помните, за животное, которое вы принесли в свой дом ответственность лежит только на вас. Ответственность за его здоровье, благополучие, жизнь, а так же его поведение. Ведь любое животное изменит ваш обычный распорядок жизни. Уже не так просто будет уехать на несколько дней, ведь животное надо будет куда-то на это время пристраивать.
6. Помните, что вы всё-таки люди, а они животные.
И вы в ответе за тех, кого приручили!





О добре и зле



**Научите ребенка делать добро.
Добро - это утверждение жизни
раскрытии человеческих сил.
Что ты делаешь другим, ты делаешь
и себе самому.**

Эрик Фромм.

КАКИМИ МЫ ХОТИМ ВИДЕТЬ СВОИХ ДЕТЕЙ?

Добрыми, жизнерадостными, смелыми, умными, уверенными в себе. Мы сознательно ставим качество «доброта» на первое место в своей иерархии ценностей. Потому что хотим, чтобы, наших детей любили, чтобы они жили, окруженные этим прекрасным чувством. Хотим, чтобы они чувствовали себя любимыми (а значит и счастливыми) в семье, в детском саду, в школе, на работе. Дети сталкиваются со злом, предательством, завистью, ненавистью. Жизнь есть жизнь. Но мы не хотим, чтобы они ожесточились, стали равнодушными и циничными, перестали верить в любовь. Пусть они растут добрыми, умеют любить, сочувствовать и прощать. Подобное притягивает подобное.

В возрасте от 3 до 5 лет у ребенка интенсивно формируется такие эмоции, как любовь, нежность, жалость, сочувствие и сострадание. Первые уроки доброты он получает у родителей. Когда наш взгляд выражает любовь и доброжелательность, ребенок научится также

смотреть на людей. Если мы видим вокруг себя одних негодяев, то такое же восприятие мира навязываем своему ребенку. Ребенок программирует себя по нашему образцу и подобно. Какие мы, такие и наши дети. В большинстве случаев они – наше зеркало. Как часто видит нас наши дети раздраженными, недовольными, равнодушными, с сердитым или перекошенным



злости лицом? Как часто слышат они наши крики, оскорбления, упреки, негативные отзывы о других людях? Ответим честно на эти вопросы, и будем помнить, что воспитание детей начинается с самовоспитания, с личного примера.

Добрый человек всегда ориентируется на других людей, он видит и слышит их. Сначала необходимо прививать внимательность ребенка к членам семьи, а затем и к другим людям. С двух лет малыш может помогать родителям.

Он может, стоя на стуле, мыть небьющуюся посуду, нести в рюкзаке часть продуктов из магазина, брызгать листья растений, вытирать пыль, пылесосить, мыть швабры пола. Конечно, ребенок не сделает это так же качественно, как это делаем мы. Но ведь главное в другом – научить ребенка получать удовольствие, когда он делает приятное и хорошее другим. Только не следует материально награждать и захваливать детей за ласку, за внимательность, заботу и помощь. Достаточно спокойных слов одобрения: ребенок должен привыкнуть считать такое поведение нормой.

Рождение младшего братишки или сестренки может быть толчком к развитию заботливости. Ребенок учится делиться лакомствами и игрушками с маленькими. Перестанет быть эгоистичным, что часто можно наблюдать в семье с единственным ребенком. Родителям нужно вместе с партнером заботиться о малыше, вместе любить его, а не отстранять старшего ребенка от помощи, мотивируя это тем, что первый ребенок еще маленький. Сочастие в заботе и в уходе формирует готовность прийти на помощь и умение оказать ее.



Если вы не хотите, чтобы, будучи школьником, ваш ребенок отвечал на вопросы примерно также, учите его быть добрым. Нравственное развитие нельзя ставить в ущерб интеллектуальному и физическому. Пронаблюдайте за своим малышом: умеет ли он сочувствовать другим людям? Жалев ли ребенок вас, когда вы плохо себя чувствуете или заболели? Или остается равнодушным и ведет себя так, как всегда? В детских садах иногда мы видим такую картину: дети смеются над тем ребенком, кто плачет.

Сочувствие возможно только тогда, когда мы знаем и можем различать свои собственные чувства. Только тогда мы можем уловить то или иное чувство, испытываемое другими. Если ребенок будет определять свои эмоции, переживания, он сможет увидеть их и в других людях. Очень важно помогать детям обозначать словами свои чувства. «У меня прекрасное настроение», «Мне больно... радостно... приятно... плохо... весело», «Я боюсь... рада... счастлива... сердита... огорчена» - если ребенок слышит, как мама выражает свое внутреннее состояние, то научится этому у нее. Также необходимо эмоционально развивать ребенка. Помогут в этом следующие упражнения. Нарисуйте с малышом солнышко, которое хмурится, радуется, смеется, плачет, огорчено, обижено, удивлено, испуганно. Спросите ребенка, какое вы нарисовали солнышко. Если малышу затрудняется, помогите ему: «Это печальное солнышко», «Это веселое солнышко» и т. д. Вместе с ребенком изобразите различные эмоции с помощью мимики. Малышу очень понравится это занятие и доставит много удовольствия.



Учите его давать сдачи, уметь постоять за себя, но не допускайте, чтобы злость, месть, обида пустили корни в его душе. Уметь прощать – значит принимать людей такими, какие они есть, не застревать на своих негативных переживаниях и продолжать радоваться жизни.

Испокон веков философы и религиозные мыслители спорили, человек – добро или зло? Существует догма о врожденном от природы зле человека. Представители гуманистической этики настаивают, что человек от природы добр. Трудно с этим не согласиться. Смотря на лица младенцев, маленьких детей, трудно найти в них что-то злое и отталкивающее.

КАКИМИ ВЫРАСТУТ НАШИ ДЕТИ, КАКОЙ ВЫБЕРУТ ПУТЬ – ЭТО ЗАВИСИТ ТОЛЬКО ОТ НАС.

Поделись своей



ДОБРОТой!



Старайтесь жить без злобы и без зависти,
И не искать причины для обид.



Вы улыбнитесь, просто так,...
для радости
-Улыбка никому не навредит!



Детям о радости за чужие успехи и зависти




Настоящий друг
не тот, который
разделит
с тобой беду,
а тот, который
не захлебнется
от зависти,
когда ты счастлив.



Зависть к чужим успехам у ребёнка - это маячок для родителей, что ребёнок чувствует себя неуспешным, неудачником, бесталанным...а может и нелюбимым, недостойным.

ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ ЗАВИСТИ У ДЕТЕЙ

- (не из чувства голода) за столом спешит подставить тарелку для того, чтобы ему досталось больше других; быстро ест, чтобы опередить всех и получить добавку;
- ▢ мрачно разглядывает другие тарелки, считая, что другим досталось больше, чем ему;
- ▢ сравнивает купленные для него игрушки, одежду, школьные принадлежности с такими же вещами у братьев, сестер или других детей;
- ▢ сожалеет и печалится о том, что кто-то другой превосходит его в чем бы то ни было: во внешних данных, в талантах, умениях и пр.;
- ▢ печалится, когда другой получает подарки, когда другому человеку радостно;
- ▢ проявляет злорадство, которое также может принимать различные формы:
- ▢ ребенок радуется и улыбается, когда наказывают другого (еще серьезнее этот проступок, если ребенок при этом и насмехается над наказанным. Это означает, что он заслуживает такого же наказания);
 - ▢ дети клеветают;
- ▢ сваливают вину друг на друга (это должно всегда строго наказываться, и дети должны знать заранее, что подобный поступок неотвратимо ведет к наказанию);
- ▢ ребенок ябедничает с целью, чтобы другого наказали (*Выводы по книге В.И. Даля «Картины из быта русских детей».*)

"В душе каждого ребенка есть невидимые струны. Если тронуть их умелой рукой, они красиво зазвучат".



В.А. Сухомлинский



Детям о трудолюбии



Сущность трудового воспитания дошкольников заключается в приобщении к доступной трудовой деятельности и формировании у них положительного отношения к труду взрослых. Но для того, чтобы ребенок активно включался в трудовую деятельность, важно привить ему трудовые навыки и умения, желание и стремление трудиться самостоятельно.

Трудовое воспитание детей не должно осуществляться в отрыве от семейного воспитания. В семье имеются благоприятные условия для формирования у детей трудолюбия. Труд вместе с родителями доставляет ребенку радость. Участие в хозяйственно-бытовом труде позволяет ребенку реально ощутить свою причастность к заботам семьи, почувствовать себя членом семейного коллектива. Важно организовать труд детей родителями таким образом, чтобы дети могли не только наблюдать его, но и участвовать в нем. Для успешного осуществления трудового воспитания в семье родители могут руководствоваться следующими рекомендациями:



Приобщать ребенка к трудовым делам семьи как можно раньше;

Закрепить за дошкольником постоянные обязанности, за выполнение которых он несет ответственность;

Не допускать отступлений от принятых взрослых требований, иначе ребенок будет уклоняться от выполнения своих обязанностей;

Не наказывать ребенка трудом: труд должен радовать, приносить удовольствие;



Учить ребенка трудиться, привлекая его элементарные навыки культуры трудовой деятельности: рациональные приемы работы, правильное использование орудий труда, планирование процесса труда, завершение труда;



Учить ребенка трудиться, привлекая его элементарные навыки культуры трудовой деятельности: рациональные приемы работы, правильное использование орудий труда, планирование процесса труда, завершение труда;

Не давать ребенку непосильных поручений, но поручать работу с достаточной нагрузкой;

Не торопить, не подгонять ребенка, уметь ждать, пока он завершит работу



Мамы и Папы!

Я - уже старший дошкольник. И в детском саду научился многим вежливым словам. Школа моего этикета - это и школа для Вас. Не желаете ли посоревноваться в вежливости? Ведь я...

- ♥ умею сервировать стол, пользоваться разными столовыми приборами, соблюдать культуру поведения во время еды;
- ♥ владею элементарными приемами украшения праздничного стола;
- ♥ умею быть опрятным;
- ♥ приветлив со взрослыми и сверстниками;
- ♥ хочу научиться вести разговор по телефону;
- ♥ могу вежливо обращаться с просьбой;
- ♥ выполняю правила поведения в общественных местах;
- ♥ умею познакомиться и познакомиться;
- ♥ умею вести себя в гостях и принимать гостей, выбрать и преподнести подарок.

Останусь ли я таким, зависит только от Вас.

Отзывчивость и доброжелательность близких в семье помогут вырастить волшебный цветок вежливости!



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТРУДОВОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ

Тот, кто лишает ребенка возможности для него труда, обрекает его на физическое и духовное вырождение.

Вы хотите видеть своего ребенка сильным, выносливым и закаленным - тренируйте его в разнообразном физическом труде.

Вы хотите видеть его умным и образованным - заставляйте его ежедневно выполнять посильные трудности в умственной работе.

Вы хотите видеть его всегда веселым и жизнерадостным - не дайте ему закиснуть в праздности и погрузиться в лень.

Вы хотите, чтобы Ваш ребенок имел непоколебимую волю и мужественный характер - не скудитесь на трудные задания, заставляйте его почаще напрягать свои силы и направлять их на достижение цели.

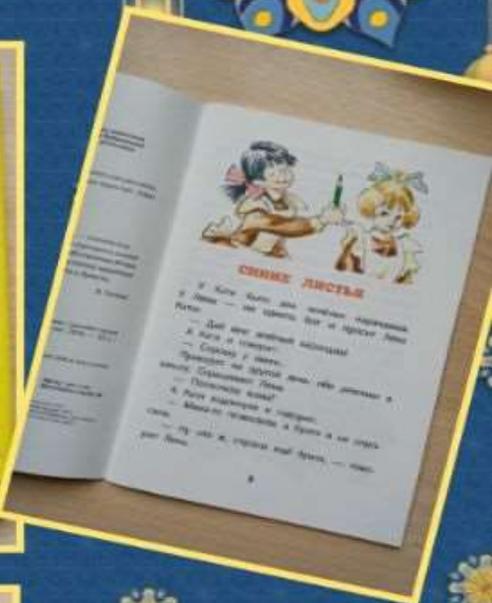
Вы желаете, чтобы Ваш ребенок был чутким и отзывчивым, чтобы он был хорошим товарищем и верным другом - создайте условия, при которых он ежедневно работал бы вместе с другими и повседневно учился помогать людям.

Вы хотите, чтобы Ваш ребенок был счастливым человеком - научите его различным видам деятельности, сделайте его трудолюбивым. Воспитание есть цепь непрерывных все усложняющихся упражнений в разнообразных видах труда!





Детям о щедрости и жадности



РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности?

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев
- Заканчивается к 3,5-4 годам
- Пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни
- Мальчики упрямее девочек
- Девочки капризничают чаще
- В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых до 19 раз!

Что могут сделать родители?

Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как данность.

Не пытайтесь во время приступа что-то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат! не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести. Будьте настойчивы в поведении с ребенком. Если Вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении. Постарайтесь отвлечь ребенка, схитрить, сказав, например:

«Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка!», «А что это там за окном птичка делает?»

Подобные маневры заинтригуют и отвлекут.

Как научить ребенка делиться?



Наблюдая за тем, как жадничают дети, сложно не признать, что этому они научились у родителей. Мы так сильно привязаны к своим вещам, что не всегда позволяем другим людям ими пользоваться. Среди взрослых часто можно увидеть вражду за компьютер, ноутбук,

планшет или телефон. Эти вещи стали настолько личными, что мы никому другому не позволим ими пользоваться. В то же время, когда наши дети забирают свои игрушки с криком «мое», мы пытаемся его переубедить, что жадничать нехорошо.

Но насколько эта идея верна? На все сто процентов. Однако даже взрослые понимают, что всегда есть разумные пределы доступности личных вещей. У детей также присутствует это понимание. Поэтому, если мы хотим научить их делиться, нужно понять, почему они этого не хотят.

Причины детской жадности:

Первые порывы присвоения игрушек начинаются в возрасте двух лет. Именно в это время у малыша начинает формироваться собственное «Я». Он начинает отделять окружающий мир от своих переживаний и пытается защитить то, что считает личным. Этот процесс вполне нормален, ведь ребенку сложно будет понять смысл «чужих» переживаний.



В этом кроется причина жадности. Малыш не доверяет другим настолько, чтобы дать поиграть своей игрушкой. Даже если родители думают, что он в два года не сильно понимает происходящее, у ребенка есть собственные предпочтения и симпатии. Взрослым следует научиться их уважать.

Распространенные ошибки



Все родители хотят, чтобы их малыш был добрым и смог делиться с другими, особенно с братьями и сестрами. Когда ребенку

покупают игрушки, трансформеры или машинки на пульте, то взрослые подразумевают, что он будет играть вместе с другими, ведь так веселее. Наблюдая противоположную картину, мамы и мамы начинают прикладывать все усилия, по социализации малыша. Однако не все приемы эффективны.

Не пытайтесь заставить ребенка поделиться игрушкой, отбирая у него личную вещь и отдавая другому. Представьте, что начальник на работе пришел и отдал ваш ноутбук другому сотруднику. Не понравилось? Ребенок испытывает подобные чувства. Будьте уверены, что желание поделиться никогда не возникает, если действовать насильно.

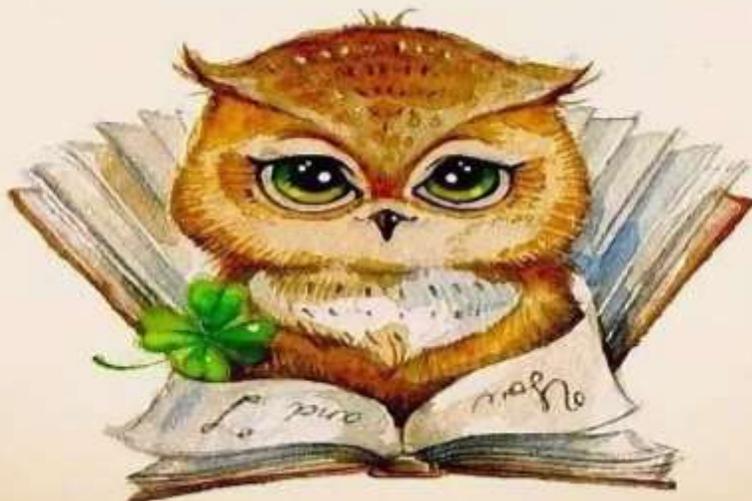
Соблюдайте права каждого ребенка. Когда в семье несколько детей, можно часто наблюдать такую картину: старшая дочь играет с игрушкой мой маленький пони, а младшая сидит и плачет, потому что у нее такой нет. Взрослые заставляют старшего ребенка делиться с младшим. Это очень несправедливо. Хотя бы потому, что маленькие дети хотят быть похожими на старших, поэтому просят все им принадлежавшее. Поэтому прежде чем просить старшего поделиться чем-то, постарайтесь понять его чувства и сохранить за ним право первенства.

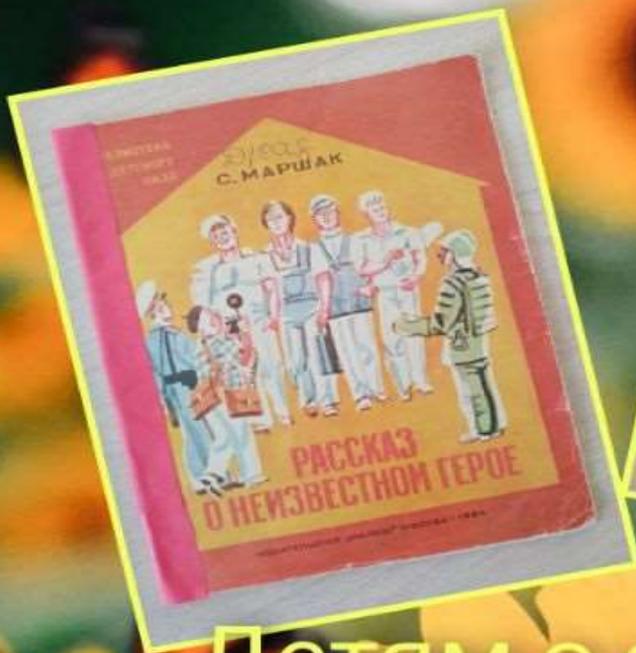


КАК ВОСПИТАТЬ В РЕБЕНКЕ ЧЕСТНОСТЬ:

- Верьте ребенку;
- Объясните, что на правде «держится мир». Люди живут в согласии, если доверяют друг другу;
- Не создавайте ситуаций для обмана; Избегайте двусмысленных вопросов;
- Не учиняйте унижительных допросов;
- Вознаграждайте честность;
- Показывайте пример честности.

**ПРОБЛЕМА С ЧЕСТНЫМИ ЛЮДЬМИ
В ТОМ, ЧТО ОНИ ЖДУТ ЧЕСТНОСТИ
ОТ ВСЕХ ОСТАЛЬНЫХ.**





Детям о скромности



Застенчивый ребенок

Консультация для родителей



5) Не называйте ребенка застенчивым, так как это может отразиться на его поведении. Лучше подчеркивайте сильные стороны его характера, чаще хвалите ребенка, говорите о его положительных качествах, день за днем укрепляйте в нем уверенность, а застенчивость определяйте как осторожность, осмотрительность, обдуманность. Вместе с ребенком вспомните, какими способностями он обладает в реальности. У него много достоинств, значит, ему есть чем гордиться.

6) Находясь в большом обществе, будьте рядом с ребенком, держите его за руку, пока он не почувствует уверенность в себе. Пусть он сам отпустит вашу руку.

7) Разнообразьте жизнь ребенка: ходите на экскурсии, желательно туда где ему нравится. Не настаивайте на присоединении сверстников против его желания.

8) Часто ребенок боится самой возможности того, что к нему кто-то обратится с вопросом. Помогите ему вспомнить большинство таких разговоров, где как правило, говорят два-три человека, а остальные подают короткие реплики.

1) Если застенчивость не мешает жизни вашего ребенка, не обращайте на нее внимание.

2) Необходимо довести до сознания ребенка информацию о том, что на свете много застенчивых людей.

3) Постарайтесь вместе с ребенком разобраться в причинах того, что заставляет его стесняться. Объясните малышу, что, опасаясь сделать или сказать что-то неправильно, он тем самым программирует себя на неудачу: «Ты боишься, что тебя о чем-то спросят или предложат что-то сделать, а ты не справишься. Ты так долго об этом думаешь, что твои движения на самом деле становятся неловкими, мысли разбегаются, ты забываешь все нужные слова. Ты сам превращаешь себя в неумеху и незнайку». Подобный вывод обычно очень впечатляет детей, и они приходят к следующему выводу: «Все зависит от тебя самого. Как себя настроишь, так и будешь выглядеть и действовать».

4) Постарайтесь разобраться в истинных желаниях своего ребенка. Не упрекайте, а лучше объясните ему его поведение: «Я вижу что ты чувствуешь себя неуверенно, а тебе хочется играть с ребятами».

9) Застенчивым детям свойственно впадать в панику, испытывать беспричинную тревогу – особенно в те минуты, когда им кажется, что внимание окружающих направлено на них. Существует два способа, которые помогут застенчивому ребенку быстро успокоится:

1. Глубоко вдохнуть и медленно выдохнуть. Обычно два вдоха-выдоха помогают снять напряжение.

2. Медленный счет про себя – до десяти и больше, если требует ситуация.

- Вызывайте ребенка на откровенные беседы.

10) Постарайтесь изменить свое поведение. Нередко родители, сами того не ведая, формируют у ребенка застенчивость, когда то и дело сравнивают его с другими детьми, критикуют по любому поводу, предъявляют к нему завышенные требования, редко хвалят. Перестаньте критиковать ребенка по любому поводу, ни с кем не сравнивайте, напротив при каждом удобном случае подчеркивайте его индивидуальность.

11) Обратите внимание на то, как и что вы говорите ребенку об окружающих людях. Постарайтесь в присутствии ребенка не обсуждать других людей.