

" Развиваем мелкую моторику рук "

(консультация для родителей).

Значение **мелкой моторики** очень велико. Она напрямую связана с полноценным развитием речи, так как центры мозга, отвечающие за моторику и речь, находятся рядом. Именно поэтому при нарушении речи детские психологи рекомендуют заниматься с ребенком именно **развитием моторики** детских пальчиков. Кроме того, это поможет развить внимание и наблюдательность. Упражнения на моторику тренируют память, воображение, координацию и раскрывают творческие способности.

Начинать развитие **мелкой моторики** важно с раннего детства. В **развитие моторики** вам помогут игрушки с кнопками или пианино. Нажимание клавиш идеально для **мелкой моторики**. Тут подойдут и игра в кубики, и складывание пирамидки, и детские конструкторы, и даже игры в машинки.

Есть отличное упражнение для малышей. Насыпьте в большую тарелку или блюдо горох или фасоль. Затем спрячьте в глубине какой-нибудь интересный ему предмет. Теперь попросите ребенка отыскать его в блюде. Малыш должен найти его, перебирая пальцами горошинки. Но в этой игре за малышом нужен присмотр во избежание попадания мелких горошинок в дыхательные пути.

Несколько интересных ребенку занятий для развития моторики:

Например, переливание жидкостей из одной емкости в другую. Обязательно играйте с мозаиками и пазлами. Займитесь переборкой пуговичек или других предметов по размеру. Собирайте конструкторы. Подбирайте их индивидуально по возрасту ребенка.

Рвите бумагу. Как ни странно, это тоже хорошо развивает **мелкую моторику** рук.

Научите ребенка опускать предметы в узкие отверстия, например в горлышко бутылки.

Учитесь одеваться сами. Застегивание пуговиц и завязывание шнурков тоже отличная тренировка.

Лепите вместе из пластилина.

Рисуйте. Держание карандашей и кисточек в руках — отличный способ **развития моторики**, не хуже специальных упражнений. Учите малыша обводить рисунки и предметы по контуру. Рисуйте не только кисточками, но и пальцами. Сейчас для этого существуют специальные краски.

Вырезайте из бумаги разные фигурки. Начните с простых — круг, квадрат или

треугольник, потом можете вырезать сложные картинки. Моторику развивают и другие простые и привычные занятия – заплетание косичек, расчесывание кукол.

На прогулке стройте из песка или камешков замки, горки, и другие фигурки. Крупный песок и камни развивают ладошки. Позовите ребенка помочь вам по хозяйству – лепка пельменей, замешивание теста, прополка грядок, шитье, собирание ягод – отличная альтернатива играм.

Покупайте мягкие игрушки, наполненные мелкими шариками. Они предназначены как раз для развития детской **мелкой моторики** рук. В специализированных магазинах и отделах вы сможете найти и другие развивающие игры.

Всегда играйте с игрушками разных объемов, форм и размеров.

Никогда не ругайте малыша, если у него не получается хорошо работать ручками. Не отступайте, если задание кажется трудновыполнимым для ребенка. Больше занимайтесь с ним и хвалите за все успехи. **Развитие моторики** – неотъемлемая часть общего развития ребенка. Помимо развития речи, творческого начала и логики, это важная база для подготовки ребенка к школе.



Памятка для родителей детей, впервые посещающих детский сад

- 1.Создайте условия для спокойного отдыха ребенка дома. В это время не стоит водить его в гости в шумные компании, связанные с поздним возвращением домой, а также принимать у себя слишком много друзей. Малыш в этот период слишком перегружен впечатлениями, не следует еще больше перегружать его нервную систему.**
- 2.В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось.**
- 3.В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять отсыпаться слишком долго, что существенно может сдвинуть распорядок дня.**
- 4.Не отучайте ребенка от вредных привычек (например, от соски) в период адаптации, чтобы не перегружать нервную систему ребенка. У него в жизни сейчас слишком много изменений, и лишнее напряжение ни к чему.**
- 5.Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте ребенка, гладьте по голове, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, больше хвалите, чем ругайте. Сейчас ему нужна ваша поддержка!**
- 6.Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребенка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру). Не ругайте его за то, что он плачет и не хочет идти в детский садик.**
- 7.Дайте в детский сад небольшую игрушку (лучше мягкую; также это может быть любой безопасный предмет, принадлежащий маме. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке - заместителе мамы. Прижимая к себе что-то мягкое, которое является частичкой дома, ребенок гораздо быстрее успокоится.**
- 8.Призовите на помощь сказку или игру. Вы можете придумать свою сказку о том, как маленький мишка впервые пошел в садик, и как ему сначала было неуютно и немного страшно, и как потом он подружился с детьми и воспитателями. Эту сказку вы можете "проиграть" с игрушками. И в сказке, и в игре ключевым моментом является возвращение мамы за ребенком.**
- 9.Дома и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду - раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую ребенок берет с собой в садик.**
- 10.Пусть ребенка в детский сад отводит тот родитель или родственник (по возможности), с которым ему легче расстаться.**
- 11.Обязательно говорите, что вы придете, и обозначьте когда. Малышу легче знать, что за ним придут после какого-то события, чем ждать каждую минуту. Не задерживайтесь, выполняйте свои обещания!**

ПОДГОТОВКА РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Приближается то время, когда ваш ребенок будет носить гордое звание первоклассника. И в связи с этим у родителей возникает масса волнений и переживаний: где и как подготовить ребенка к школе, нужно ли это, что ребенок должен знать и уметь перед школой, в шесть или семь лет отдать его в первый класс и так далее. Универсального ответа на эти вопросы нет – каждый ребенок индивидуален. Некоторые дети уже в шесть лет полностью готовы к школе, а с другими детьми в семь лет возникает много хлопот. Но одно можно сказать точно – готовить детей к школе обязательно нужно, потому что это станет отличным подспорьем в первом классе, поможет в обучении, значительно облегчит адаптационный период.

Что включает в себя подготовка к школе?

Подготовка ребенка к школе – это целый комплекс знаний, умений и навыков, которыми должен владеть дошкольник. И сюда входит далеко не только совокупность необходимых знаний. Итак, что подразумевает качественная подготовка к школе?

В литературе существует множество классификаций готовности ребенка к школе, но все они сводятся к одному: готовность к школе подразделяется на физиологический, психологический и познавательный аспект, каждый из которых включает в себя целый ряд составляющих. Все виды готовности должны гармонично сочетаться в ребенке. Если что-то не развито или развито не в полной мере, то это может послужить проблемами в обучении в школе, общении со сверстниками, усвоении новых знаний и так далее.

Физиологическая готовность ребенка к школе

Этот аспект означает, что ребенок должен быть готов к обучению в школе физически. То есть состояние его здоровья должно позволять успешно проходить образовательную программу. Если у ребенка имеются серьезные отклонения в психическом и физическом здоровье, то он должен обучаться в специальной коррекционной школе, предусматривающей особенности его здоровья. Кроме этого, физиологическая готовность подразумевает развитие мелкой моторики (пальчиков), координации движения. Ребенок должен знать, в какой руке и как нужно держать ручку. А также ребенок при поступлении в первый класс должен знать, соблюдать и понимать важность соблюдения основных гигиенических норм: правильная поза за столом, осанка и т. п.

Психологическая готовность ребенка к школе

Психологический аспект включает в себя три компонента: интеллектуальная готовность, личностная и социальная, эмоционально-волевая.

Интеллектуальная готовность к школе означает:

- к первому классу у ребенка должен быть запас определенных знаний (речь о них пойдет ниже);
- он должен ориентироваться в пространстве, то есть знать, как пройти в школу и обратно, до магазина и так далее;
- ребенок должен стремиться к получению новых знаний, то есть он должен быть любознателен;
- должны соответствовать возрасту развитие памяти, речи, мышления.

Личностная и социальная (мотивационная) готовность подразумевает следующее:

- ребенок должен быть коммуникабельным, то есть уметь общаться со сверстниками и взрослыми; в общении не должно проявляться агрессии, а при ссоре с другим ребенком должен уметь оценивать и искать выход из проблемной ситуации; ребенок должен понимать и признавать авторитет взрослых;
- толерантность; это означает, что ребенок должен адекватно реагировать на конструктивные замечания взрослых и сверстников;

- нравственное развитие, ребенок должен понимать, что хорошо, а что – плохо;
- ребенок должен принимать поставленную педагогом задачу, внимательно выслушивая, уточняя неясные моменты, а после выполнения он должен адекватно оценивать свою работу, признавать свои ошибки, если таковые имеются.
- наличие у ребенка желания учиться.

Эмоционально-волевая готовность ребенка к школе предполагает:

- понимание ребенком, почему он идет в школу, важность обучения;
- наличие интереса к учению и получению новых знаний;
- способность ребенка выполнять задание, которое ему не совсем по душе, но этого требует учебная программа;
- усидчивость – способность в течение определенного времени внимательно слушать взрослого и выполнять задания, не отвлекаясь на посторонние предметы и дела.

Познавательная готовность ребенка к школе

Данный аспект означает, что будущий первоклассник должен обладать определенным комплексом знаний и умений, который понадобится для успешного обучения в школе. Итак, что должен знать и уметь ребенок в шесть-семь лет?

1) Внимание.

- Заниматься каким-либо делом, не отвлекаясь, в течение двадцати-тридцати минут.
- Находить сходства и отличия между предметами, картинками.
- Уметь выполнять работу по образцу, например, с точностью воспроизводить на своем листе бумаги узор, копировать движения человека и так далее.
- Легко играть в игры на внимательность, где требуется быстрота реакции. Например, называйте живое существо, но перед игрой обсудите правила: если ребенок услышит домашнее животное, то он должен хлопнуть в ладоши, если дикое – постучать ногами, если птица – помахать руками.

2) Математика.

- Цифры от 0 до 10.
- Прямой счет от 1 до 10 и обратный счет от 10 до 1.
- Арифметические знаки: «+», «-», «=».
- Деление круга, квадрата напополам, четыре части.
- Ориентирование в пространстве и листе бумаги: «справа, слева, вверху, внизу, над, под, за и т. п.

3) Память.

- Запоминание 10-12 картинок.
- Рассказывание по памяти стихов, скороговорок, пословиц, сказок и т.п.
- Пересказывание текста из 4-5 предложений.

4) Мышление.

- Заканчивать предложение, например, «Река широкая, а ручей...», «Суп горячий, а компот...» и т. п.
- Находить лишнее слово из группы слов, например, «стол, стул, кровать, сапоги, кресло», «лиса, медведь, волк, собака, заяц» и т. д.
- Определять последовательность событий, чтобы сначала, а что – потом.
- Находить несоответствия в рисунках, стихах-небылицах.
- Складывать пазлы без помощи взрослого.
- Сложить из бумаги вместе со взрослым простой предмет: лодочку, кораблик.

5) Мелкая моторика.

- Правильно держать в руке ручку, карандаш, кисть и регулировать силу их нажима при письме и рисовании.
- Раскрашивать предметы и штриховать их, не выходя за контур.
- Вырезать ножницами по линии, нарисованной на бумаге.
- Выполнять аппликации.

6) Речь.

- Составлять предложения из нескольких слов, например, кошка, двор, идти, солнечный зайчик, играть.
- Понимать и объяснять смысл пословиц.
- Составлять связный рассказ по картинке и серии картинок.
- Выразительно рассказывать стихи с правильной интонацией.
- Различать в словах буквы и звуки.

7) Окружающий мир.

- Знать основные цвета, домашних и диких животных, птиц, деревья, грибы, цветы, овощи, фрукты и так далее.
- Называть времена года, явления природы, перелетных и зимующих птиц, месяцы, дни недели, свои фамилию, имя и отчество, имена своих родителей и место их работы, свой город, адрес, какие бывают профессии.

Что нужно знать родителям, занимаясь с ребенком дома?

Домашние занятия с ребенком очень полезны и необходимы будущему первокласснику. Они положительно влияют на развитие ребенка и помогают в сближении всех членов семьи, установлении доверительных отношений. Но такие занятия не должны быть для ребенка принудительными, его необходимо в первую очередь заинтересовать, а для этого лучше всего предлагать интересные задания, а для занятий выбрать наиболее подходящий момент. Не надо отрывать ребенка от игр и садить его за стол, а постарайтесь увлечь его, чтобы он сам принял ваше предложение позаниматься. Кроме этого, занимаясь с ребенком дома, родители должны знать, что в пять-шесть лет дети не отличаются усидчивостью и не могут долгое время выполнять одно и то же задание. Занятие дома не должно продолжаться более пятнадцати минут. После этого следует сделать перерыв, чтобы ребенок отвлекся. Очень важна смена деятельности. Например, сначала вы в течение десяти-пятнадцати минут выполняли логические упражнения, потом после перерыва можно заняться рисованием, далее поиграть в подвижные игры, после чего полепить из пластилина забавные фигуры и т. п.

Родители должны знать и еще одну очень важную психологическую особенность детей дошкольного возраста: их основным видом деятельности является игра, через которую они развиваются и получают новые знания. То есть все задания должны преподноситься малышу в игровой форме, а домашние занятия не должны превращаться в учебный процесс. Но занимаясь с ребенком дома, даже не обязательно отводить для этого какое-то конкретное время, развивать своего малыша можно постоянно. Например, когда вы гуляете во дворе, обратите внимание ребенка на погоду, поговорите о времени года, подметьте, что выпал первый снег или у деревьев начали опадать листья. На прогулке можно посчитать количество лавочек во дворе, подъездов в доме, птиц на дереве и так далее. На отдыхе в лесу познакомьте ребенка с названиями деревьев, цветов, птиц. То есть старайтесь, чтобы ребенок обращал внимание на то, что его окружает, что происходит вокруг него.

Большую помощь родителям могут оказать различные развивающие игры, но при этом очень важно, чтобы они соответствовали возрасту ребенка. Прежде чем показать игру ребенку, познакомьтесь с ней сами и решите, насколько она может быть полезной и ценной для развития малыша. Можно порекомендовать детское лото с изображениями животных, растений и птиц. Не стоит дошкольнику приобретать энциклопедии, скорее всего они его не заинтересуют или интерес к ним пропадет очень быстро. Если ваш ребенок посмотрел мультфильм, попросите рассказать о его содержании – это станет хорошей тренировкой речи. При этом задавайте вопросы, чтобы ребенок видел, что это для вас действительно интересно. Обращайте внимание на то, правильно ли ребенок при рассказывании произносит слова и звуки, если есть какие-то ошибки, то деликатно говорите о них ребенку и исправляйте. Разучивайте с ребенком скороговорки и стишки, пословицы.

Тренируем руку ребенка

Дома очень важно развивать мелкую моторику ребенка, то есть его руки и пальчики. Это необходимо для того, чтобы у ребенка в первом классе не было проблем с письмом. Многие родители совершают большую ошибку, запрещая ребенку брать в руки ножницы. Да, ножницами можно пораниться, но если с ребенком проговорить, как правильно обращаться с ножницами, что можно делать, а что – нельзя, то ножницы не будут представлять опасности. Следите, чтобы ребенок вырезал не хаотично, а по намеченной линии. Для этого вы можете нарисовать геометрические фигуры и попросить ребенка их аккуратно вырезать, после чего из них можно сделать аппликацию. Это задание очень нравится детям, а его польза очень высока. Для развития мелкой моторики очень полезна лепка, да и детям очень нравится лепить различные колобки, зверушек и другие фигурки. Учите вместе с ребенком пальчиковые разминки – в магазинах без проблем можно купить книжку с увлекательными и интересными для малыша пальчиковыми разминками. Кроме этого, тренировать руку дошкольника можно с помощью рисования, штриховки, завязывания шнурков, нанизывания бусинок.

При выполнении ребенком письменного задания следите, правильно ли он держит карандаш или ручку, чтобы его рука не была напряжена, за осанкой ребенка и расположением листа бумаги на столе. Продолжительность выполнения письменных заданий не должна превышать пяти минут, при этом важность имеет не быстрота выполнения задания, а его точность. Начинать следует с простых заданий, например, обводить изображение, постепенно задание должно усложняться, но только после того, как ребенок будет хорошо справляться с более легким заданием.

Некоторые родители не уделяют должного внимания развитию мелкой моторики ребенка. Как правило, по причине незнания, насколько важно это для успешного обучения ребенка в первом классе. Известно, что наш ум лежит на кончиках наших пальцев, то есть чем лучше у ребенка развита мелкая моторика, тем выше его общий уровень развития. Если у ребенка плохо развиты пальчики, если ему трудно вырезать и держать в руках ножницы, то, как правило, у него плохо развита речь и он отстает по своему развитию от сверстников. Именно поэтому логопеды рекомендуют родителям, чьи дети нуждаются в логопедических занятиях, одновременно заниматься лепкой, рисованием и другими занятиями на развитие мелкой моторики.

В первый класс: с шести или семи лет?

В настоящее время первоклассники-шестилетки не редкость. Их родители уверены, что так будет лучше для ребенка, руководствуясь своими личными соображениями. Некоторые родители считают, что их ребенок в шесть лет уже способен успешно обучаться в первом классе, и предпочитают не тратить еще целый год на посещение детского сада. Однозначно ответить, с семи или с шести лет отдавать ребенка в школу, нельзя. Каждый ребенок индивидуален, индивидуальны его психологические особенности, уровень развития, физическое здоровье и так далее. Но можно сказать точно: подготовленность ребенка к школе складывается из целого комплекса факторов, о которых уже говорилось выше. И если у ребенка все эти факторы развиты на достаточном уровне, то он полностью готов к обучению в первом классе, даже если ему шесть лет, а не семь. Если какой-то один из факторов менее развит, например, эмоционально-волевая или социально-личностная подготовленность, то у ребенка будут проблемы с обучением, пострадает его успеваемость и так будет не только в первом классе, но и в последующих. Это отрицательно скажется и на его здоровье. Поэтому если вы решили отдать ребенка в первый класс с шести лет, то рекомендуется проконсультироваться со специалистом, чтобы он определил, готов ли ребенок к обучению в школе или нет. Если ваш ребенок идет в школу с семи лет, то за несколько месяцев до первого сентября желательно также посетить специалиста, который проведет диагностику готовности ребенка к школе. Кстати, с подобной просьбой можно обратиться к воспитателям или психологу детского сада.

ПСИХОЛОГИЯ ЦВЕТА

Ученые давно доказали, что цвет влияет на психическое состояние человека и в тоже время отражает его. Можно, конечно, об этом совсем не задумываться, но можно и учитывать данный факт в повседневной жизни, например, посмотрев на рисунок своего ребенка, можно понять какое у него настроение и как он относится к тому, или иному объекту на картинке. Внимательно изучите творения малыша, выделив при этом цвет, который ребенок чаще всего использует в своих произведениях, а также узнайте его любимый цвет. Имея данные сведения, можно узнать много нового и интересного...

"Красные дети". Красный цвет – прежде всего цвет энергии, активности, а также здоровья, жизни и силы. Такие дети активны и открыты для общения. Но родителям приходится прилагать немалые усилия для воспитания своих сокровищ. Они непоседливы, легко возбудимы, а поэтому непослушны, также могут часто ломать игрушки в силу своей повышенной активности. Когда красные дети подрастают, их активность проявляется в высокой работоспособности, в основе которой лежит детское стремление добиться успеха, результата, услышать в свой адрес похвалу. Именно поэтому они обладают такими качествами как напористость и эгоизм.

"Оранжевые дети". Данная категория ребят легко возбудимы, так же, как «красные дети», но, в отличие от предыдущей группы эти дети не умеют использовать свою активность рационально. Они могут кричать без всякой объективной причины, веселиться без остановки, для них не существует предела и ограничений. Именно поэтому, если как в известной песенке к оранжевому солнцу добавляется оранжевое небо, да еще оранжевая мама и все вокруг оранжевое – этот цвет в поведении ребенка становится неприятным для окружающих, он раздражает и опустошает.

"Желтые дети". Символика желтого цвета как медаль: имеет две стороны – с одной стороны это цвет духовности, но с другой стороны и опасности. Такие дети рано проявляют творческую активность во всем, отличаются оригинальностью, не шаблонностью мышления, а поэтому могут приносить дискомфорт родственникам, которые любят порядок и когда "все по полочкам", а также стремятся иметь неограниченную власть над ребенком. Данные дети больше других имеют склонность к творчеству. "Желтый" ребенок – любит мечтать, фантазировать, сочинять сказки, шутить; и в этих проявлениях скрыты его истинные желания и стремления.

«Зеленые дети» – прежде всего это эмоционально-неблагополучные дети. Такой ребенок, по его мнению, никому не нужен, а особенно ему не хватает любви и внимания со стороны мамы. В дальнейшем эти дети становятся очень консервативными личностями, боящимися перемен, которые подсознательно ассоциируются с утратами и потерями. Для того чтобы этого избежать ребенку следует уделять больше внимания, проявлять интерес к его проблемам, а также подходить творчески к процессу воспитания. В первую очередь данным детям необходимо иметь чувство безопасности, надежности, защищенности и уверенности в своей семье.

"Синие дети" – полная антитеза группе «красных детей». Считается, что активность «красных» детей можно снизить синим цветом, а «синих» детей растормозить красным. Такой ребенок напоминает взрослого – он уравновешенный, спокойный, все делает не торопясь, аккуратно выполняя все детали. Может длительное время лежать смотреть книжку, сидеть рисовать, размышлять, а если его спросить, о том, что он делает, то рассказывает со всеми подробностями и деталями. В дальнейшем такой ребенок будет стремиться в отношениях к самопожертвованию, потому что он получает удовольствие, отдавая, а не принимая. Однако, надо быть внимательным, возможно ребенок выбирает синий цвет только потому, что в данный момент времени ему очень хочется покоя как физического, так и эмоционального.

"Фиолетовые дети". Фиолетовый цвет – прежде всего цвет тайны, а также всего, что связано с мистикой, загадочностью. Такие дети имеют богатый внутренний мир, а поэтому очень чувствительны, также склонны к артистизму. Их легко заинтересовать, привлечь, в основе этого лежит стремление произвести впечатление, но с другой стороны они могут посмотреть на себя со стороны и оценить свое поведение. Такие дети порой слишком ранимы, и требуют от близких поддержки и поощрения.

"Коричневые дети". Коричневый цвет – это сочетание оранжевого и черного. Данный цвет символизирует о чувстве незащищенности у детей. Такой ребенок старается создать, придумать свой мир, в котором он будет чувствовать себя безопасно и надежно. Следует формировать у ребенка чувство доверия к миру, окружающим людям, иначе, когда он вырастет, будет слишком подозрительным, недоверчивым и ревнивым человеком.

"Серые дети". На языке цвета серый символизирует однообразие, беспросветность. Такие дети словно «серые мышки» тихие и безынициативные, а также обычно замкнутые. Серый цвет может проявиться, когда ребенка обособили от других детей. Но не спешите делать выводы, данный цвет – это первый признак эмоциональной и физической усталости.

"Черные дети". Если ребенок предпочитает данный цвет, то следует обратить ему особое внимание – это прежде всего свидетельствует о сильнейшем стрессе, пережитом ребенком. Чем чаще проявляется в рисунках данный цвет, тем сильнее его переживания и, тем более опасное эмоциональное состояние ребенка.

Консультация для родителей

Скажи мне, сколько тебе лет, и я скажу, чего ты боишься



Представьте, что было бы, если бы мы ничего не боялись? Наверно, никто не смог бы дожить до глубокой старости, да и вся жизнь на Земле прекратилась бы. Всё потому, что инстинкт самосохранения и страхи помогают нам предвидеть опасные ситуации и избегать их. Не такие уж плохи эти страхи, если, конечно, они не надуманные.

Каждому возрасту свойственны свои страхи. Малыш растёт, и вместе с ним растёт его знание об окружающем мире, и постоянно раздвигаются его границы. Соответственно, чем старше становится ребенок, тем с большим количеством опасностей он может столкнуться, и тем лучше он понимает, что опасностей надо избегать. В результате, может появиться страх, основанный на инстинкте самосохранения и носящий защитный характер. Зная периодизацию возрастных страхов, вы будете заранее готовы к их появлению:

2-3 года

Многие страхи второго года жизни плавно переходят на третий год: боязнь врачей, уколов и резких звуков.

С возрастом привязанность к родителям растёт. В связи с этим возникает страх одиночества и потери эмоционального контакта с мамой. Именно поэтому в этот период не советуют отдавать детей в детский сад.

Обычно в этом возрасте на ребенка обрушивается много запретов, причем некоторые родители начинают применять запугивания («Сейчас отдам тебя милиционеру!») и наказания с целью добиться послушания. Это не может не отразиться на эмоциональном состоянии ребенка. Поэтому постарайтесь не прибегать к такой тактике воздействия на детей, она дает временные и мнимые результаты.

В этот же период дети могут начать бояться животных, так как начинают понимать, что они не такие уж и безобидные. Учите малыша правильному поведению по отношению к животным («Чужую собаку нельзя гладить без спроса»), объясняйте ему, каких животных и при каких обстоятельствах нужно остерегаться, а в каких случаях можно не беспокоиться («Червяк безобидный, он не кусается»).



3-5 лет

В этом возрасте активно развивается воображение, поэтому у ребенка могут появиться воображаемые



страхи (Баба Яга, Дракон, т.д.). В результате ребенок боится темноты или не хочет оставаться один.

Если родители ладят между собой, поддерживают ребенка, участвуют в его играх, особенно отец, символ спокойствия и надежности, воображаемые страхи улетучиваются.

Самая большая ошибка родителей – это высмеивание и пренебрежительное отношение к страхам ребенка («Такой большой, а боится бабок Ёжек»). В итоге страх закрепляется, ребенок замыкается в себе, а по отношению к родителям появляется отчуждение.

Часто в этом возрасте детям сняться страшные сны (отражение их переживаний). Дети боятся засыпать, боятся спать одни. Вы, наверно, понимаете, что нужно делать в таком случае: поговорить с ребенком о его страхах, постараться их развеять, посидеть с ним, пока он не уснет, оставить включенный ночник.

От прошлых лет могут остаться и реальные страхи уколов, боли и неожиданных звуков, появляется боязнь крови, воды, замкнутого пространства.

5-7 лет

В этом возрасте страхи наиболее выражены, так как ребенок уже очень хорошо осознает возможные последствия в случае опасности. Также появляется главный страх этого возраста – страх смерти, как своей собственной, так и близких родственников. На основе страха смерти возникают различные «сопутствующие» страхи – страх перед животными («Покусает, и я умру»), боязнь огня («Обожгусь, сгорю»), страх перед водой («Утону»), боязнь привидений, НЛО, сказочных персонажей, страшных снов, войн («Все погибнут»), нападений («Меня побьют, будет больно»), болезней («Заболею и умру»). Все эти страхи имеют более обостренную форму у впечатлительных, физически ослабленных и нервных детей. Вы не сможете защитить ребенка от всех страхов, но сможете помочь ему их осознать, уменьшить и преодолеть.

По мере взросления ребенка «взрослеют» и страхи. Если страхи появляются в своё время и не слишком бурно проявляются, то эти страхи - естественные спутники развития вашего малыша. Если же страхи не соответствуют возрасту ребенка, становятся навязчивыми, причиняют ему страдания, не дают спокойно спать, общаться и развиваться, а ваши усилия по их устранению безуспешны, то попробуйте обратиться по этому поводу к детскому психологу.

Помните, самое главное для ребенка – доверительные, дружеские отношения с родителями и их любовь. Если уж случилось так, что у малыша возник страх, ни в коем случае не игнорируйте его!



Как преодолеть страх?

Многие родители интуитивно не создают из возрастных страхов своих детей проблем, понимают, как успокоить ребенка, поддержать его и помочь ему пережить свой страх. Но, иногда, к сожалению,

случается, что родители упорно игнорируют страх ребенка или, что ещё хуже, высмеивают его, ругают, наказывают. Но рано или поздно такие родители бывают вынуждены заметить страх ребенка, потому что последствия страхов становятся слишком явными (агрессивность, нарушение сна, заторможенность, неврозы). Только в этом случае помочь ребенку бывает труднее.

Итак, что же делать, если ребенка мучают страхи?

1. *Создайте доброжелательную и стабильную атмосферу в семье* - окружите ребенка заботой, вниманием и любовью, чтобы он почувствовал свою значимость, незаменимость и защищенность. Соблюдайте режим бодрствования и отдыха, чтобы не перегружать малыша впечатлениями.
2. Ребенку очень важен *телесный контакт*: обнимайте малыша, целуйте, гладьте по голове, прижимайте к себе, делайте расслабляющий массаж.
3. *Расспрашивай ребенка* о его страхах, слушайте внимательно и заинтересованно. Спокойно и с доверием реагируйте на детские признания, принимайте их. Постарайтесь узнать как можно больше о том, что пугает малыша, кого или чего боится, как это выглядит, что хочет «это» от ребенка. Постарайтесь развеять сомнения малыша. Вместе подумайте, как справиться с этими страхами. Если ребенок чувствует, что вы принимаете его ситуацию и стараетесь помочь, полпути будет пройдено.
4. *Подарите* ребенку какую-то безделушку, которую он мог бы носить с собой, тем самым имея постоянное напоминание о том, что вы у него есть. Или плюшевого друга, с которым можно спать, играть и делиться своими страхами. Пусть плюшевая игрушка станет верным другом и преданным защитником.
5. *Избегайте просмотров ребенком сомнительных телепередач*, поскольку малышам еще трудно отделить вымысел от действительности.
6. *Прием эмоциональных качелей* заключается в контрасте отрицательных и положительных эмоций (ребенок дотрагивается до пугающего его пылесоса, и тут же оказывается в объятиях мамы). Но ребенок должен сам решиться на такой поступок.
7. Постепенно *приучайте малыша к тому, что его пугает*. Мы боимся того, что нам непонятно и незнакомо. Познакомьте ребенка с пугающими его предметами, расскажите, для чего они нужны и как действуют. Обратите внимание ребенка на то, что этот предмет не делает людям ничего плохого. Если ребенок боится собак, подарите ему игрушечную собаку, прочитайте книжки, где главным героем будет собака. Потом познакомьте малыша с доброй соседской собачкой.
8. *Проигрывайте ситуации, пугающие малыша*. В игре с мягкими игрушками пусть ему достанется роль злой собаки, которую малыш боится.
9. Вместе *нарисуйте пугающие ребенка предметы или ситуации*, чтобы озвучить их. Переноса свой страх на бумагу, ребенок освобождается от него. Чтобы уничтожить бумажный страх, нужно смять и сжечь лист.

10. *Рассказывайте ребенку истории*, в которых он сможет с другой стороны взглянуть на свой страх. Представьте пугающую ребенка ситуацию смешной и нелепой (например, пусть страшная собака окажется с заклеенным ртом, а ходить она будет как черепаха, еле-еле, смешно растопыривая ноги).



Всё идёт из семьи, дети как зеркало отражают все семейные неурядицы. Если у вашего ребенка имеется значительное число страхов, значит, в ваших семейных отношениях что-то нарушено. Понимание чувств и желаний ребенка, его внутреннего мира, доверительные взаимоотношения, а также положительный пример родителей, перестройка неправильных, неадекватных отношений с ребенком, гибкость и непосредственность в воспитании, уменьшение тревожности, излишней опеки и чрезмерного контроля создают необходимые предпосылки для успешного устранения страхов.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Как победить застенчивость»

Цель: расширить представления родителей о способах и методах преодоления застенчивости.

Можно ли ребенку справиться с застенчивостью и как это сделать?

Проанализируйте свое отношение к ребенку. Безусловно, вы любите его. Но всегда ли вы выражаете эту любовь в реальном поведении? Часто ли вы говорите своему малышу о том, как сильно вы его любите? Любите просто так, ни за что. Взгляните на ситуацию в семье глазами ребенка. Может ему не хватает выражения вашей любви, похвалы, поддержки? Ведь мы так часто обращаем внимание на своих детей лишь тогда, когда они что-то делают плохо, и не замечаем их достижений. Хороших поступков. Застенчивые дети доставляют родителям меньше хлопот, чем озорные и непослушные. Поэтому и внимания им уделяется меньше, в то время как именно таким детям оно требуется в большей мере. Они не заявляют об этом открыто, но потребности у них в доброжелательном внимании, уважении к своей личности у них развиты сильно. Без удовлетворения этих потребностей у ребенка не закладывается тот фундамент, который лежит в основе его развития, - доверие к людям, позволяющее активно и безбоязненно входить в окружающий мир, творчески его осваивать и преобразовывать его. Взрослый должен воспитать в себе умение быть внимательным к ребенку не только в том случае, когда тот обращается за помощью и поддержкой, но и тогда, когда она, на первый взгляд ему не нужна.

Следующая задача - помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе. Застенчивый ребенок боится отрицательной оценки, но это не значит, что оценка ему не нужна вовсе. Делая что-то вместе с ребенком, выразите уверенность в том, что он справится с задачей, а если нет, то это не беда, и вы всегда поможете ему и вместе преодолеете трудности. Если вы видите, что ребенок слишком сосредоточен на оценке и это тормозит его действия, отвлеките его от оценочной стороны деятельности. Здесь вам помогут игровые приемы и юмор. Обыграйте ситуацию, внесите в нее элемент воображения. Например, если ребенку не удастся собрать фигурку из «Лего», сделайте их одушевленными и наделите вредным характером, который мешает ребенку справиться с задачей.

Следует помнить, что застенчивые дети очень осторожны и побаиваются нового. Они в большей степени, чем их незастенчивые сверстники подвержены соблюдению правил, боятся их нарушить.

У застенчивых детей в большей мере сформирован внутренний запрет на поступки и действия, порицаемые взрослыми, и это может тормозить их инициативность и творческие проявления. Задумайтесь, не слишком ли часто вы ограничиваете свободу ребенку, его непосредственность, любознательность. Не сочтите за кощунство совет – иногда нарушить правила, ваше гибкое поведение поможет малышу избавиться от страха наказания, от чрезмерной скованности. Почти любое, на первый взгляд «неправильное» желание ребенка можно обыграть и превратить в интересное и полезное занятие. Не бойтесь того, что ребенок перестанет быть дисциплинированным. Далеко не всегда ограничения приносят пользу для развития. Напротив, чрезмерные ограничения оказываются причиной детских неврозов.

Раскрепощению эмоциональной сферы. Лучшему освоению языка эмоций хорошо способствуют игры – пантомимы, например, такие как «Угадай эмоцию», «Где мы были, не расскажем, а что видели – покажем», «Кто к нам пришел», «Куклы пляшут», и др. Желательно, что бы в игре участвовали несколько взрослых и детей.

Игры на воображение могут иметь форму рассказа о девочке или мальчике, которые живут в таких же обстоятельствах, как и ваш ребенок, попадают в разные жизненные ситуации и находят выход из них. Часто дети стыдятся рассказывать о своих проблемах, а вот слушая или сочиняя рассказ о другом ребенке, приписывая ему свои переживания, они становятся открытыми для разговора о себе.

Все игры должны оканчиваться благополучно, приносить детям удовольствие и облегчение. Опыт новых отношений со взрослыми и сверстниками, приобретенный в игре, поможет им лучше справляться с реальными жизненными ситуациями.

Несколько советов родителям, дети которых застенчивы.

- Расширяйте круг общения своего ребёнка, чаще приглашайте к себе друзей ребёнка, берите малыша в гости к знакомым, расширяйте маршрут прогулок, учите ребёнка спокойно относиться к новым, незнакомым местам.
- Не стоит постоянно беспокоиться за ребёнка, стремиться полностью оберегать его. Дайте малышу возможность проявить самостоятельность и

активность, дайте ему определённую меру свободы действий. Постоянно укрепляйте в ребёнке уверенность в себе и своих силах.

- Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением. Поощряйте контакты застенчивого ребёнка с "чужими взрослыми": попросите его купить хлеба или спросить в библиотеке книгу. При этом старайтесь находиться рядом с малышом, чтобы он чувствовал себя уверенно и спокойно.
- Поддерживайте ребёнка, подчёркивайте его успехи в делах, а также рассказывайте ребёнку о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

Пять путей к сердцу ребёнка

Иногда наши дети говорят на языке, который нам понять нелегко. Однако и они не всегда понимают нас, взрослых, потому, что, разговаривая с ними, мы часто не можем ясно выразить свои мысли. Но что еще хуже, мы не всегда можем ясно выразить ребенку свои чувства и особенно любовь. Каждому ребенку свойственно понимать любовь родителей по-своему. И если родители знают этот «язык», ребенок лучше понимает их. Любовь нужна каждому ребенку, иначе ему никогда не стать полноценным взрослым. Любовь – самый надежный фундамент спокойного детства. Если это понимают взрослые, ребенок вырастет щедрым, сердечным человеком.

«Пять путей к сердцу ребенка» познакомят вас с пятью моделями поведения родителей для того, чтобы помочь определить, какой именно путь приведет вас к сердцу вашего ребенка. Узнав нужный путь общения с вашим ребенком, вы должны изучить и остальные четыре пути, которыми вы сможете доказать ребенку свою любовь, т. к. все пойдет ему на пользу. Кроме того, бывает, что способы общения, способы выражения ваших чувств, надо менять – ведь и ваш ребенок меняется – он растет.

Как ни грустно, лишь немногие дети уверены, что родители будут их любить и заботиться о них, чтобы ни случилось. В то же время почти все родители любят своих детей. Откуда такое противоречие? Главным образом оно возникает из-за того, что родители не умеют донести любовь до сердца ребенка. Некоторые считают, что их любовь настолько очевидна, что ребенок не может о ней не знать. Другим кажется, что достаточно просто время от времени говорить ребенку: «Я тебя люблю». К сожалению, это не доказательство. Выражать свою любовь нужно через поступки, это несложно: обнять ребенка, приготовить ему ужин, поиграть с ним и т. д.

Первый способ выражения любви. Прикосновение – поцелуи, объятия. Мама, усадив малыша на колени, читает ему сказку. Отец подбрасывает в воздух сынишку, кружит по комнате дочь, и они хохочут от радости. Все это – способы выразить свою любовь через прикосновение. Однако исследования показывают, что многие родители прикасаются к своим детям лишь по необходимости: когда одевают их, переводят через улицу, укладывают в постель. Они словно не понимают, как ребенку нужна их ласка, они не видят, как просто, пользуясь этим языком, наполнить сердце ребенка ощущением того, как он нужен, необходим, как его любят. Поставьте перед собой цель – приласкайте малыша хотя бы раз в день. Позже вы сможете так общаться и по нескольку раз в день. Каждому под силу выучить «этот язык», и если он родной для вашего ребенка – ваши старания не пропадут даром.

Второй способ выразить любовь ребенку. Слова поощрения – похвала, ласковые слова, ободряющие слова, наставления. Если вы хотите, чтобы ребенок ценил ваши похвалы, чтобы они действительно что-то значили для него, будьте очень внимательны. Не нужно хвалить его слишком часто, иначе слова постепенно утратят всякую силу и смысл. Гораздо лучше похвалить ребенка, когда он сам доволен сделанным и ждет похвалы. Например, ваш сын играет в футбол, он бьет по воротам – мимо. Вы же кричите ему: «Молодец! Хороший удар!» Возможно, вы хотели подбодрить его. Но похвала незаслуженная, и он понимает это. Дети чувствуют, когда им просто льстят. И часто такая неискренность им не по душе. Необдуманные похвалы опасны и по другой причине. Некоторые дети настолько привыкают к ним, что не могут без них обойтись. Мы любим своих детей, и нам хочется почаще хвалить их. И все-таки помните: каждая похвала должна быть обоснованной и искренней. Иначе ребенок поймет, что ему льстят, а возможно, даже решит, что его обманывают.

Третий способ выражения любви – проводить время вместе. Значит, отдать ребенку все внимание целиком. Всем нам не хватает времени. Родителям приходится многим жертвовать.

Приласкать было бы гораздо легче. Чтобы побыть с ребенком, нам, возможно, придется отложить другие дела.

Помните, время – это ваш подарок ребенку, вы словно говорите ему: «Ты нужен мне. Мне нравится быть с тобой». Тогда ребенок ощутит, что он нужен, необходим. Он почувствует вашу любовь, т.к. вы целиком принадлежите ему. Не забывайте, что он – ребенок, вы должны учитывать уровень его развития, физического и эмоционального. Он учится ползать, вы сидите возле него на полу. Он делает первые шаги, вы идете рядом. Он возится в песочнице, играет в мячик, вы по-прежнему должны быть с ним. Его мир с годами становится шире: школа, уроки, церковь, спорт, и вы всегда должны идти рядом с ним. Чем ребенок старше, тем это сложнее. Особенно, если он у дел не один и нужно найти время для каждого из детей.

Четвертый путь к сердцу ребенка – подарки. Для некоторых детей именно это единственный верный путь. Однако подарок становится символом любви лишь тогда, когда ребенок видит, что родители действительно заботятся о нем. Поэтому говорить только на языке подарков нельзя, необходимо сочетать его с остальными доказательствами. Тогда подарок выражает искреннюю любовь.

Пятый способ выражения любви – «языком помощи». Помогая ребенку, вы можете воспитать в нем ответственность и трудолюбие. Некоторые родители считают, что ребенок все должен делать сам, только так можно воспитать его умелым и самостоятельным. Они забывают, что помощь – это еще и выражение любви. Когда мы говорим с ребенком на этом языке, когда мы делаем для него то, чего он сам делать еще не умеет, мы не только преподаем ему необходимые навыки, мы подаем пример. А значит, он всегда будет готов помочь другому.

Если же ваш ребенок слишком часто просит и даже требует подарков и помощи, призадумайтесь. Может быть это всего лишь сиюминутная прихоть и не стоит потакать ему. Велик риск того, что вы вырастите эгоиста. Надо быть осторожным, но если вы научились правильно говорить на этих языках, опасности нет.

Кроме того, вы должны помнить, сколько вашему ребенку лет. Делайте за него только то, чего он сам делать еще не может. Помогать детям – не значит полностью обслуживать их. Когда они подрастут, мы должны научить их всему, чтобы и они помогали нам.

Даже если ребенок не говорит «на языке помощи», забота родителей ему необходима. Когда ребенок просит вас починить велосипед или куклу, ему не просто хочется, чтобы игрушка вновь была целой, ему нужна ваша любовь.

Задача родителей – услышать эти просьбы и ответить на них.

Вот мы и рассмотрели все пять языков любви. Вы уже узнали, какой путь ведет к сердцу вашего ребенка, или по-прежнему не уверены и теряетесь в догадках? Чтобы определить, на каком языке он говорит, понадобится время.

Если для доказательства любви использовать все пять способов, ребенок научится дарить свою любовь людям. Он должен уметь это. Только так он вырастет гармоничной личностью и сможет легко адаптироваться в обществе. Он станет отзывчивым и заботливым, удовлетворяя свои собственные эмоциональные потребности и потребности окружающих.

Чтобы определить, как ребенок выражает свою любовь, воспользуйтесь следующими приемами:

Подумайте, как ребенок выражает свою любовь вам. Если вы постоянно слышите: «Мамочка, какой вкусный ужин! Спасибо!», «Я так люблю тебя, папа!», «Мама, ты такая красивая!» - вы с полным основанием можете утверждать, что его родной язык – слова поощрения.

Наблюдайте, как ребенок выражает свою любовь окружающим. Если ваш ребенок каждый день носит воспитательнице подарки, вероятно, подарки – его способ выражения любви. Ребенку, который любит дарить подарки, они доставляют огромное удовольствие. Когда он сам дарит что-нибудь, ему хочется порадовать другого человека. Он уверен, что все вокруг, получая подарок, испытывают те же чувства, что и он.

Прислушайтесь, о чем ребенок просит чаще всего. Если дочке нравится играть вместе с вами, гулять, читать книжки и если она постоянно просит вас об этом, ей необходимо ваше безраздельное внимание. Она говорит на языке времени. Внимание родителей нужно любому ребенку, однако ребенок, для которого этот язык родной, будет требовать его намного чаще всего остального. Если ребенок ждет похвал, все время спрашивает: «Мама, тебе понравилась моя картинка?», «Я красиво пишу?», «Мне идет это платье?» - он нуждается в поощрении. Он старается и хочет, чтобы вы оценили его. Очевидно – слова поощрения его родной язык.

Обратите внимание, на что ребенок чаще всего жалуется. Им можно воспользоваться, когда ребенок не просит о чем-то прямо, а жалуется, что чего-то недополучает. Например, сын все чаще ворчит: «Тебе всегда некогда!», или: «Ты все время с маленьким!», или: «Почему мы перестали ходить в парк?!». Может ему действительно не хватает вашего внимания, он чувствует себя заброшенным, ему кажется, что вы разлюбили его.

Давайте ребенку возможность выбирать. Предложите ему на выбор то, что ему нужнее. К примеру, отец говорит десятилетнему сыну: «Дима, в четверг я освобожусь рано. Может, порыбачим? Или лучше я пройду по магазинам, выберу тебе новые кроссовки? Как ты думаешь?». Ребенок стоит перед выбором: провести время с отцом или получить от него подарок. Каждый раз записывайте, что ребенок выбрал. Через несколько недель его предпочтения станут вам ясны. Если он выбирает один язык чаще других, скорее всего этот язык – родной для него.

Капризы и упрямство

Капризы и упрямство рассматриваются как составляющие отклоняющегося поведения, наряду с:

1. Непослушанием, выражающемся в непослушании и озорстве
2. Детским негативизмом, т.е. неприятием чего-либо без определённых причин.
3. Своеволием
4. Недисциплинированностью

Все выше перечисленные формы отклоняющегося поведения различаются лишь по степени социальной опасности, а также зависят от возрастных и индивидуальных особенностей личности ребёнка.

Понятия "капризы и упрямство" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. Способы преодоления капризов и упрямства одинаковы.

УПРЯМСТВО – это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.

Проявления упрямства:

1. в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.
2. выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому "стоит на своём".
3. Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно порождает детскую лживость,

может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности. Если такие проявления, ещё в дошкольном возрасте, из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.

КАПРИЗЫ - это действия, которые лишены разумного основания, т.е. " Я так хочу и всё!!!". Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.

Проявления капризов:

1. в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.
2. в недовольстве, раздражительности, плаче.
3. в двигательном перевозбуждении.
4. Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:

Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.

Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5- 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная.

Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года жизни.

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей – до 19 раз!

Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямятся и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.

Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:

Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.

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

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.

Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.

Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломить силой авторитета".

Спокойный тон общения, без раздражительности.

Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

1. достигнуто не своим трудом.
2. не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
3. из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

1. за поступок, за свершившееся действие.
2. начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.
3. очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
4. уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).
5. О наказаниях необходимо остановиться более подробно.

1. НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:

1. ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.
2. когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.
3. во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки).
4. после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват).
5. когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался.
6. когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
7. когда вы сами не в себе.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

1. наказание не должно вредить здоровью.
2. если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том что совершённое действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя).
3. за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
4. лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
5. надо наказывать и вскоре прощать.
6. если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.

7. ребёнок не должен бояться наказания.

Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но вероятно каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.

Ребенок постоянно развивается, а всякому процессу развития (помимо медленных, постепенных перемен) свойственны скачкообразные переходы – кризисы. Они необходимы, это – движущая сила развития. Во время кризиса происходит изменение не только в психическом, но и в физическом развитии (ранимость центральной нервной системы, бурный рост тела, внутренних органов).

Еще вчера послушный малыш вдруг становится раздражительным, требовательным, упрямым, неуправляемым? Возможно, он переживает кризис.

Признаки кризиса трех лет

УПРЯМСТВО

Эта черта пронизывает практически все поведение ребенка. Он не воспринимает мнение других людей, а постоянно настаивает на своем. Например, ребенок просит купить во время прогулки апельсиновый сок. Мама заходит в магазин, но там есть только яблочный, малыш отказывается пить, потому что сок «не тот». Он может очень хотеть пить, но все равно, требует именно апельсиновый. Ребенок устраивает истерики (чаще в людных местах).

СТРОПТИВОСТЬ

Ребенок отказывается выполнять требования взрослых, словно их не слышит (особенно это проявляется в семьях, где наблюдаются противоречия в воспитании: мама требует одно, папа – другое, бабушка вообще все разрешает).

СВОЕВОЛИЕ

Ребенок ставит перед собой цели и идет к их достижению через все преграды. Например, малышу захотелось пойти погулять, но взрослым некогда. Ребенок настаивает, используя все методы воздействия на родителей (вежливые просьбы, нытье, угрозы, капризы и т.д.).

СИМПТОМ ОБЕСЦЕНИВАНИЯ

Проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей. Например, в этом возрасте ребенок впервые вполне осознанно может использовать «скверные» слова в адрес родителей. Если такое поведение остается незамеченным или же вызывает насмешку, смех, удивление, то для малыша это может стать подкреплением его действий. Когда позднее (в 7-8 лет) родители вдруг обнаружат, что ребенок спокойно им дерзит и захотят это исправить, то сделать что-либо будет уже поздно. Синдром обесценивания станет привычной линией поведения ребенка.

ДЕСПОТИЗМ

Ребенок заставляет родителей делать все, что он хочет. По отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм может проявляться как ревность. Например, ребенок может забирать игрушки, одежду, толкать, замахиваться.

НЕГАТИВИЗМ

Это реакция ребенка не на содержание предложений взрослых, а на то, что это исходит именно от взрослого. Стремление сделать наоборот, даже вопреки собственному желанию. Часто это проявляется в отношении ребенка к пище: дома ребенок отказывается от определенного продукта, но когда этим же продуктом его угощают другие люди, он спокойно и с удовольствием все съедает.

Решения преодоления кризиса

1. Для малыша важно знать, что каждое утро после того, как он проснется, его одежда будет лежать на стуле рядом с кроватью, что он оденется, умоется, будет завтракать вместе с родителями, после почистит зубы, вымоет руки и будет играть. Подобный простой распорядок устанавливают и поддерживают родители. Причем, делая это, не повторяют по сто раз: «Оденься, умойся, ...» Они берут ребенка за руку, ведут с собой в ванную комнату, приговаривая: «А теперь пора умыться». Или: «Пора убирать игрушки. Эти кубики – словно потерявшиеся автомобили, давай поищем для них гараж...» Твердый распорядок позволяет свести к минимуму

борьбу, которую обычно приходится вести родителям, добиваясь от ребенка выполнения таких дел, как одевание, собирание игрушек, чистка зубов. Нужно только быть рядом, чтобы помочь малышу. Не нужно ожидать от ребенка, что он по собственному почину сделает то, о чем его просят. Это возраст повторений, ребенку нужно настойчиво и терпеливо все показывать снова и снова, прежде чем он сможет соблюдать установленный распорядок по собственной инициативе.

2. Маленькому ребенку нужны «кирпичные стены» - абсолютные запреты, при которых не может быть места для дискуссий. Абсолютные запреты создаются родителями и последовательно, строго соблюдаются в семье (не включать плиту, утюг, телевизор, не брать спички, зажигалки, не выходить за пределы двора и т.д.).

Причем, «кирпичные стены» возводят родители не столько на словах, сколько через создание определенной домашней среды. Никакие суровые слова, объяснения, шлепки по рукам не смогут воздействовать на любопытство растущего исследователя. Ребенок скорее будет недоумевать и обижаться на родителя, который стукнул его за то, что он потянулся к красивой статуэтке. Лучше просто убрать бьющиеся и опасные предметы так, чтобы ребенок не мог дотянуться, пока не подрастет настолько, что сможет обращаться с ними достаточно осторожно.

Что делать родителям, чтобы помочь ребенку пережить кризис трех лет

- Кризис может начаться уже с 2,5 лет, а закончиться в 3,5 – 4 года.
- Постарайтесь выработать правильную линию своего поведения, станьте более гибкими, расширьте права и обязанности ребенка.
- Позвольте малышу быть самостоятельным. Не вмешивайтесь (по-возможности) в дела ребенка, если он не просит. Дочь, пытаясь натянуть кофточку, так хочется ей помочь, но малышка не оценит Вашего стремления, скорее всего, она будет громко сопротивляться.
- Помните, что ребенок как бы испытывает Ваш характер, проверяя по несколько раз в день, действительно ли то, что было запрещено утром, запретят и вечером. Проявите твердость. Установите четкие запреты (нельзя убегать на улице от мамы, трогать горячую плиту и т.д.). Запретов не должно быть слишком много. Этой линии поведения должны придерживаться все члены семьи (или хотя бы папа с мамой).
- Помните, что ребенок многие слова и поступки повторяет за Вами, поэтому следите за собой (если мама излишне эмоциональна, привередлива, то дочь, скорее всего, будет такой же).
- При вспышках упрямства, гнева попробуйте отвлечь малыша на что-нибудь нейтральное.
- Когда ребенок злится, у него истерика, то бесполезно объяснять, что так делать нехорошо, отложите это до тех пор, когда малыш успокоится. Пока же можно взять его за руку и увести в спокойное безлюдное место.
- Капризность и истеричность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая девочка, ай-яй-яй!» Ребенку только этого и нужно.
- Используйте игру для сглаживания кризисных вспышек. Например, если ребенок отказывается есть, не настаивайте, посадите мишку за стол и пусть малыш его кормит, но мишка хочет есть по-очереди - ложка ему, ложка Коле. Обыграть можно многое: поездку в машине, умывание, одевание.
- Для благополучного развития ребенка желательно подчеркивать, какой он уже большой, не «сюсюкаться», не стараться все сделать за малыша. Разговаривайте с ним, как с равным, как с человеком, мнение которого Вам интересно.
- Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
- Любите ребенка и показывайте ему, что он Вам дорог даже заплаканный, упрямый, капризный.
- Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому Ваш девиз на этот год: терпение, терпение и терпение!

«Маленькие задиры или в чем причина драчливости»

(консультация для родителей)

Ребенок дерётся, что делать? Кто из родителей когда-нибудь в процессе развития и воспитания своего чада не задавал такой вопрос? Вот только вчера малыш не мог ничего сделать в ответ на выпады обидчиков, а сегодня уже сам раздает тумаки налево и направо. И наиболее часто этот период «перевоспитания» выпадает на возраст 3 лет.

Упрямство, строптивость, агрессия малышей 2-3 лет нередко является главными «помощниками» нормального развития. В этот период ребенок начинает осознавать свою «отдельность» от мира. Прежние представления оказываются ложными: мир НЕ ограничивается мамой, которая НЕ является функциональным продолжением ребенка (чем-то вроде дополнительной руки). Очень важно сейчас поддержать порыв ребенка к самостоятельности, не потакая при этом капризам!

Совет первый – Сохраняйте спокойствие!

Когда малыш делает что-то не так, неправильно или, нарушив правила поведения, прежде всего, следует спокойно и доброжелательно объяснить ему, как нужно поступать в данной ситуации.

Вспомните, как вы учили свою кроху чистить зубы или правильно держать в руке ложку. Вот точно также следует рассказывать о правилах поведения в обществе: нельзя бить другого ребенка, отнимать игрушки, брать чужие вещи без разрешения, грубить взрослым, перебегать дорогу.

Более того, малыш должен понять, что такое поведение дает другим людям право не общаться с задирой. А потому ребенок рискует остаться без друзей. А этого не хочет никто.

Далее разговор необходимо повернуть в сторону коррекции поведения – дать ребенку варианты альтернативного поведения в данной ситуации.

Совет второй – Поощряйте желание крохи пробовать что-то новое, учите быть самостоятельным и не бояться самостоятельности

Каждая мама должна понимать, что малыш не может преуспеть сразу во всем. Необходимо наблюдать за тем, чем малыш любит заниматься, что у него получается лучше всего, что приносит большую радость, а что никак ему не удастся. В связи с этим следует поддерживать его в первом случае и не настаивать на достижениях во втором. Когда мама чувствительна к ребенку и его предпочтениям, он становится спокойнее и доброжелательнее.

Совет третий – Не заставляйте сдерживать ребенка негативные эмоции

Если каждый раз твердить малышу – не злись, не кричи, мы добьемся того, что малыш, вопреки собственным ощущениям, начнет прятать негативные эмоции, подавлять их, что может привести к депрессии и нервному срыву.

Но не стоит поощрять проявление агрессии на людях, выплескивать эмоции на окружающих, лучше подсказать иной способ «разрядки» – смять бумагу, порвать ее, громко покричать в уединенном месте, потопать там же ногами.

Можно нарисовать «Злобу», а потом раскрасить ее яркими красками, превратив в «Доброту» или же слепить из пластилина, а потом трансформировать в хорошее.

В качестве «разрядки», можно использовать игры: шуточную драку на воздушных шариках, «обзывалки» безобидными словами «Ты – стол, а ты – табуретка, ты – суп, а ты – вермишель...»

Можно использовать волшебный мешочек, куда выкрикивается вся обида и злость, а потом плотно завязывается шнурком. Этот мешочек можно вынести и во двор, раскрыть, выпуская содержимое; или выбить, как маленький коврик.

Совет четвертый – Ошибки малыша – часть учебного процесса

Снова обратимся к первым урокам малыша. Помните, сколько раз ваш кроха падал, когда учился ходить? Разве вы ругали его за это? Нет, вы с умилением смотрели, как он вновь и вновь поднимается и продолжает свои старания. Вот также стоит поступать и когда малыш подрастет.

Когда ребенок пытается научиться новому, он неизбежно будет допускать ошибки. Запаситесь терпением. Объяснив малышу порядок действий, подождите, пока он попробует справиться сам.

Если ребенок скажет, что не может выполнить задание самостоятельно, объясните ему все шаги еще раз, возможно, более развернуто. Не торопите и не ругайте его. Ведь у всех детей разный темперамент и способности. А оценка родителей для малыша, на данный момент, – единственный и основной способ составить о себе мнение. Он верит вам безоговорочно, и ваша отрицательная оценка, нелестный отзыв о его умениях может оставить глубокий след в его душе. Боясь не понравится родителям, малыш может и вовсе отказаться браться за какое-либо дело.

Обида и злость на самих себя имеют свойство накапливаться. И будьте уверены, что эти чувства, порой в искаженной форме, обязательно вырвутся

наружу и станут причиной ссор и конфликтов. А внутри семьи возникнет напряжение и непонимание.

Иногда **ребенок дерется** из любопытства, ожидая определенную реакцию от обиженных им и иногда повторяя эксперимент из-за непонимания. Например, когда малыш ударяет бабушку, а она в ответ улыбается и говорит ласково «драчун», ребенок может перенести этот опыт на детскую площадку. Только в роли бабушки будет сверстник, а результат малыш будет ожидать тот же позитивный, что и с бабушкой.

Иногда **ребенок дерется**, чтобы таким способом самоутвердиться, особенно, если в семье царит чрезмерная строгость, а между ребенком и родителями прохладные отношения.

Совет пятый - У малыша должны быть обязанности по дому

Если вы придумаете малышу определенные обязанности по дому, то это станет своеобразной формой поощрения растущей самостоятельности крохи. Что можно поручить малышу 2-3 лет? Например, раскладывать перед едой столовые приборы. Если бы не он, вся семья могла бы остаться без обеда. Карапуз будет чувствовать свою «нужность» семье, а в его понимание, это означает, что он нужен всему миру. Потому что их дом и отношения в семье – это прототип устройства всего мира в целом!

Совет шестой – Попробуйте понять своего ребёнка

Надо понимать, что не всегда и не все обвинения в адрес вашего ребёнка соответствуют действительности. И даже если они верны – ваш задира бросил песок в глаза другому ребенку или отнял у него игрушку, – попытайтесь понять, почему он так поступил. Возможно, это говорит о том, что пришло время научить его чему-то новому, скажем ведению переговоров со сверстниками или осознанию, что не все в жизни будет так, как он хочет, что надо принимать других людей такими, какие они есть.

Важно показать малышу, что есть иные способы выхода из конфликтных ситуаций, кроме физического насилия. Читайте добрые сказки, смотрите вместе поучительные мультфильмы, например, «Хочу бодаться».

Никогда не следует давать ребенку понять, что вы его не любите, – вам просто не нравится его поведение.

Совет седьмой – Выработайте стратегию поведения

Если вспышки агрессии у ребенка повторяются, если он продолжает драться и обижать других детей, вы должны уметь правильно отреагировать на это. Не кричать в ответ, не обижать на людях, а громко извиниться за своего

ребенка, отвести его в сторону, показать плачущего, обиженного им малыша и предложить подойти и пожалеть. Обязательно присесть и наладить визуальный контакт, глаза в глаза, сказать, как расстроило вас такое поведение ребенка. Начинать фразы лучше с описания состояния малыша «Ты зол, что мальчик забрал твою лопатку, но...», «Ты обижен, потому что хотел первым добежать до лесенки, но...»

Можно попросить других мам сделать ребенку замечание, сказать строго – не трогай моего сына/дочку.

Самый главный совет – Во всем показывайте ребенку пример!

Ребенок учится на примерах своих любимых родителей. И если ваши слова расходятся с делом – это еще один повод к возникновению конфликтов и непониманию в семье. А сам ребенок начинает метаться и не понимать, что же на самом деле правильно? И, как правило, выбирает не то, что говорят, а то, что видит.

Табу в семье с детьми (да и в любой другой семье) должны стать взаимные упреки, оскорбления, запугивания. Если **ваш ребенок дерется**, никогда не стоит в ответ применять физическую силу, это лишь подтвердит мнение ребенка о правильности своих агрессивных поступков.

Будьте внимательны к своим детям, и тогда проблем с поведением будет меньше.