

Консультации психолога для родителей 5 класса

ТЕМА1. Мой ребенок становится подростком

ТЕМА2. Психологические особенности младших подростков

ТЕМА3. Ребенок в коллективе сверстников

ТЕМА4. Отношения в семье

ТЕМА5. Вопросы дисциплины

ТЕМА6. Ответственное родительство – залог благополучия семьи

ТЕМА 1

Мой ребенок становится подростком

Как и когда ребенок становится подростком, подросток – юношей, юноша-взрослым? Это происходит не в один день, и часто возрастные перемены незаметны для нас: еще вчера наши дети были маленькими, нуждались в нашей заботе и опеке, а сегодня они заявляют о своей взрослости, требуют самостоятельности и независимости. Этот возраст называют по-разному: «трудным», «переходным», «кризисным».

Он действительно резко отличается от прочих этапов жизни ребенка. Подростковый возраст – это время интенсивного, но неравномерного развития. Различные системы организма развиваются с разной скоростью. Так, зачастую кровеносная система не успевает за ростом костной и мышечной. Такие же значительные различия существуют и в психическом развитии, в интересах, в умственной зрелости, уровне самостоятельности детей, причем различия эти не исключение, а правило. Подросток может быть в одних отношениях уже взрослым, а в других – еще совершенно ребенком.

Подростковый возраст – это возраст пытливого ума, жадного стремления к познанию, возраст кипучей энергии, бурной активности, инициативности, жажды деятельности. Подросток часто уже ставит перед собой цели, сам планирует их осуществление. Но недостаточность воли сказывается, в частности, в том, что, проявляя настойчивость в одном виде деятельности, подросток может не обнаруживать ее в других видах. Наряду с этим подростковый возраст характеризуется импульсивностью. Порой подростки сначала сделают, а потом подумают, хотя при этом осознают, что следовало бы поступить наоборот. Подросток, как уже отмечалось, стремится быть и считаться взрослым. Он всячески протестует, когда его контролируют, наказывают, требуют от него послушания, подчинения, не считаясь с его желаниями, интересами, что приводит к конфликтам в семье и школе. Какие психологические особенности подростков делают этот возраст особенно опасным? Неравномерность физического развития сказывается на общей деятельности. Часто в этом возрасте дети жалуются на головные боли, головокружения, на быструю утомляемость. Это, как правило, не симуляция, а проявления особенностей развития. В этот период организм особенно раним и чувствителен к внешним воздействиям. Поэтому очень важно создавать для подростков щадящий режим, следить, чтобы они достаточно спали, отдыхали, гуляли. Психическая организация подростка очень нестабильна, причем на всех уровнях: эмоций, чувств, интеллекта. Это и крайняя неустойчивость самооценки и при этом максимализм; и снижение настроения, тревожность, легко возникающие страхи.

Подростки часто бывают ранимыми и в то же время грубыми, тонко переживающими и одновременно несдержанными. Часто нам приходится слышать от наших детей обидные или несправедливые высказывания. Но, как правило, эти высказывания вызваны не столько их действительным отношением к нам, сколько ситуативным эмоциональным состоянием. Нам, взрослым, важно понимать, что подростки не всегда способны себя контролировать. Несмотря на все свое стремление к взрослости, они еще недостаточно зрелы для этого и нуждаются в руководстве со стороны взрослых. В подростковом возрасте с особой остротой встает проблема баланса поддержки и контроля. Часто подростки активно восстают против контроля и руководства со стороны взрослых, отстаивая право на самостоятельность. Но отрочество – это еще не то время, когда дети могут совершенно обходиться без родительского контроля, просто нужно поменять соотношение этого контроля. Кстати, сами дети, что бы они ни заявляли в момент конфликта, тоже активно нуждаются в помощи взрослых. Отсутствие внимания к своей жизни они считают проявлением безразличия и равнодушия. Поэтому очень важно, чтоб мы, взрослые, помогли подросткам справиться с внутренними конфликтами. Именно от нас требуется гибкость поведения и реагирования на потребности ребенка. Каким образом можно искать баланс контроля и самостоятельности?

Когда ребенок достигает подросткового возраста, можно разделить все предъявляемые к нему требования на три условные группы. К первой группе относятся требования, выполнение которых не обсуждается (возвращаться домой к определенному времени, звонить, когда задерживаешься). Ко второй группе относятся требования, варианты, выполнения которых мы как родители готовы обсуждать с подростком (сколько времени проводить за компьютером, как планировать свободное время). К третьей группе относится то, что ребенок решает самостоятельно, но вы готовы оказать ему помощь поддержкой или советом, если потребуется (с кем дружить, какие кружки посещать). Эти группы требований необходимо обсудить с ребенком. Сделать это можно примерно в такой форме: «Теперь ты уже взрослый и многие вещи можешь решать сам. Например, мне кажется, что ты способен сам решать, какие кружки посещать. В некоторых случаях я готова обсуждать с тобой вариант. Например, как ты считаешь, сколько времени ты можешь проводить за компьютером? Но есть некоторые правила жизни в доме, которые тебе придется соблюдать, пока ты живешь с нами. Например, это касается времени возвращения домой». Постепенно некоторые требования могут переходить из одной группы в другую: скажем, когда Вы уверены в том, что Ваш ребенок способен самостоятельно планировать выполнение уроков, контроль можно передать ему. Немалую трудность доставляют нам частые перепады настроения и эмоциональные срывы у подростков. Вспомним то время, когда дети были совсем маленькими, когда они только научились ходить. Нам приходилось прятать от них острые предметы, запирать ящики и т.п. Мы относились к этому с пониманием, осознавая, что эти трудности временные. А когда дети достигают подросткового возраста, нам все труднее снисходительно относиться к тем или иным капризам и выпадам.

Нам кажется, что они уже достаточно взрослые, а их поступки – вполне осмысленные. На самом деле очень часто подростки, подобно маленьким детям, поступают под влиянием не осмысленных мотивов, а сиюминутных эмоциональных состояний. Поэтому очень важно не обсуждать с ними их поведение или их высказывания в тех ситуациях, когда подростки возбуждены, расстроены, раздражены. Лучше перенести разговор на то время, когда дети успокоятся. Кроме того, в некоторых ситуациях необходимо учитывать их нестабильное состояние и делать на это скидку, реагируя на те или иные слова и поступки. Возникающее у подростков чувство взрослости тоже требует к себе особого отношения. С одной стороны, очень важно поддерживать у них ощущение компетентности, независимости, значимости. Это можно сделать различными способами. Например, спрашивать их мнение или совет по тому или иному вопросу жизни семьи. Если решение было принято на основании мнения подростка и оказалось удачным, необходимо во всеуслышание подчеркнуть этот факт. Если подростку кажется, что с ним считаются, его мнение имеет значение для взрослых, это, с одной стороны, помогает поддерживать его самооценку, а с другой – облегчает контакт с ним. Вот те некоторые пути установления контакта с подростками. Буду рада, если моя консультация поможет Вам в ваших отношениях с подростком. Успехов Вам в воспитании ваших детей.

Педагог-психолог
С.В. Бабахина

ТЕМА 2

Психологические особенности младших подростков

Подростковый возраст – возраст стремительного развития физических и умственных сил.

Начало анатомо-физиологической перестройки организма младшего подростка. Первые признаки возникновения чувства взрослости. Склонность к самоанализу.

Начало перестройки взаимоотношений подростка с товарищами, особенности отношений мальчиков и девочек. Подросток и взрослые. Воспитание у учащихся умения анализировать и правильно оценивать свои поступки.

Особенности поведения младших подростков. Влияние на их поведение повышенной утомляемости.

Некоторые общие условия успешного воспитания подростков в семье: учет психических и физиологических особенностей, знание основных показателей функциональных расстройств в организме ребенка; сочетание уважения личности подрастающего человека с требовательностью к нему, согласованность воздействий семьи и школы.

У вас в семье растет подросток. Это действительно ко многому обязывает. Он может оказаться «трудным», если вы не поймете, что ваш милый, славный, послушный ребенок, который еще вчера ходил во второй, третий класс, держась за вашу руку, и послушно выполнял ваши распоряжения, наставления, прилежно делал домашнее задание, а в минуту радости мог подскочить к вам, обнять, при всех поцеловать, приласкаться – сегодня уже не тот. Он сердито выдергивает руку, когда вы по старой привычке пытаетесь взять ее, чтобы перейти дорогу, с возмущением протестует против категорических распоряжений, с раздражением отклоняется от нежных родительских объятий (особенно при свидетелях).

Не удивляйтесь, не огорчайтесь, не возмущайтесь... У вас в семье растет подросток. Непослушание, своеволие, упрямство отнюдь не представляют собой обязательных особенностей подросткового возраста. Лишь как следствие ошибочного подхода к подростку, когда не учитываются его психологические особенности, как результат непродуманных воспитательных воздействий, возникают конфликты и кризисы, ни в коей мере не являющиеся неизбежными. Так, непонимание воспитателями истинных мотивов поведения подростка, реагирование лишь на внешний результат его действий приводят его к сопротивлению воспитательным воздействиям.

В то же время мир воспринимается и осваивается подростком прежде всего с помощью взрослых. Подростку необходимо общение с взрослыми, совместная с ними деятельность. И эти взрослые, в том числе и родители, должны знать особенности подросткового возраста, учитывать его своеобразие.

Если родители знают об этих особенностях, готовы к встрече с ними, их ждет радость общения с этим особым «народом», идущим по пути мужания и социального созревания. Если нет – неизбежны конфликты, бессонные ночи, сердечные мучения и состояние бессилия, страшнее которого трудно что-либо придумать.

Само слово «подросток» указывает на основную тенденцию развития как внутреннего мира, так и внешнего облика детей этого возраста. С физиологической точки зрения этот период характеризуется:

- интенсивным ростом;
- резким повышением функции обмена веществ;
- усилением деятельности желез внутренней секреции.

В эти годы рост увеличивается на 5–8 см, причем девочки растут быстрее в 11–12 лет и поэтому в это время кажется, что мальчики меньше ростом. Мы хорошо знаем, каким нескладным, угловатым выглядит подросток. Это объясняется неравномерным

физическим развитием: особенно интенсивно происходит рост скелета и конечностей в длину, а грудная клетка в развитии отстает. Подросток осознает свою угловатость; старается замаскировать свою нескладность – принимает порой неестественные, вычурные позы, пытается бравадой и напускной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывают часто бурную реакцию: подростка угнетает мысль, что он смешон и нелеп в глазах людей.

Увеличение роста, мышечной силы с радостью воспринимается подростком как явные признаки его взрослости. Вместе с тем работа сердца, легких, кровоснабжения мозга не обеспечивают полноценную работу организма в целом. Отсюда быстрая и внезапная смена состояний и настроений подростка: то он с энтузиазмом и азартом берется за трудную физическую или умственную задачу и может работать, забыв о времени и усталости, то вдруг сникает, чувствует слабость, головокружение, упадок сил. Мы порой не замечаем или не понимаем таких неровностей поведения, нас обескураживает и непомерный азарт, и необъяснимая усталость ребенка. И мы чаще всего, раздражаясь, говорим: «Конечно, гонять в футбол – так в первых рядах, а дело делать не допросишься».

Усиленный рост органов и тканей предъявляет свои особые требования к сердечно-сосудистой системе. Интенсивный рост сердца приводит ежегодно к его увеличению на четверть. Сосуды же в своем росте несколько отстают, именно поэтому у подростков часто повышается кровяное давление, так как возрастающая нагнетательная сила сердца встречает сопротивление со стороны еще относительно узких кровеносных сосудов. Исключительную перестройку в подростковом возрасте претерпевают железы внутренней секреции. Изменения здесь настолько значимы, что ученые склонны описывать их, как настоящую «гормональную бурю». Под влиянием гормонов – физиологически активных веществ, вырабатываемых железами внутренней секреции, происходит бурное физическое развитие организма, под их же влиянием идет половое созревание, окончательно формируются органы, а также вторичные половые признаки.

Физиологическая перестройка организма подростков сопровождается повышенной утомляемостью. Вначале появляется повышенная двигательная активность, а затем сильная возбудимость или сонливость. Ясно, что все это неблагоприятно сказывается на его поведении. По наблюдениям ученых, у младших подростков в утомленном состоянии (чаще во второй половине дня) наблюдаются немотивированные поступки, поединки, стремление поступать вопреки чужой воле, упрямство, проявления раздражительности. Так, в известной книге «О подростках» А. И. Краковский пишет: «В период обучения в 5 классе упрямиться стали учащиеся в среднем в 6 раз чаще, чем наблюдалось в 4 классе; в 10 раз возросло количество случаев противопоставления себя учителям; в 7 раз увеличилось число ребят, в поведении которых проявилось стремление поступить вопреки чужой воле; в 9 раз чаще наблюдалось бравирование недостатками и в 5 раз чаще – своеволие; наконец, в 42 раза больше стало недостаточно мотивированных поступков». Мы должны учитывать, что подросток впадает в это состояние не по своей вине и не по своей воле, чаще всего он и не осознает своего состояния, а мы с вами не вправе требовать от него способности к исчерпывающей и постоянной самооценке.

Одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка занимает чувство взрослости. Впервые возникшее в этом возрасте, оно доставляет немало хлопот и неприятностей как учителям, так и родителям. Чувство взрослости выражается в отношении подростка к себе как к взрослому и желании утвердить свою взрослость. Он претендует на такое же отношение к нему окружающих, проявляет желание оградить некоторые стороны своей жизни от вмешательства взрослых, отстаивает свои взгляды и убеждения, несмотря на противодействие взрослых. Чувство взрослости вызывает стремление подростков к самостоятельности и известной независимости, отсюда – их болезненная чувствительность к оценкам взрослых, острая реакция на попытки взрослых

(действительные или кажущиеся) умалить их достоинство, игнорировать их взрослость, недооценить их права. Подросток добивается того, чтобы взрослые считались с его мыслями, взглядами, уважали их, причем не только на словах, но и на деле. Отношение к нему старших, как к «маленькому», глубоко обижает его. «Борьба за независимость» подростка не означает, что родителям надо резко прекратить свое руководство. Подросток ведь «борется» не против родителей, а против своей зависимости от них. Он должен понять позицию своих родителей в том или ином случае, чтобы иметь к ней свое отношение. Все подростки осознают, что они нуждаются в руководстве, но они редко говорят об этом своим родителям. В то же время родители должны понимать необходимость разумного обсуждения с детьми некоторых вопросов. Важно, чтобы родители проявляли уверенность в своих детях, проявляли в общении с ними тактичность и находчивость. Подростков нужно освобождать от мелочной опеки, излишнего контроля, навязчивой заботливости, назойливого руководства, того, что было в какой-то мере оправдано по отношению к дошкольнику или младшему школьнику. По отношению к подростку необходимо отказаться от злоупотреблений тоном категорических распоряжений и приказов, безоговорочных и безапелляционных. С подростком лучше разговаривать тоном убеждения, совета, просьбы.

Одним из самых важных моментов в развитии личности подростка является формирование у него самосознания, потребности осознавать себя личностью. В младшем возрасте нет желания оценить себя. «Что я за человек?», «Какая от меня польза?», «Что у меня хорошего?», «Какие у меня недостатки?». У подростка возникает интерес к себе, к своей внутренней жизни, к качествам собственной личности, потребность в самооценке, в сопоставлении себя с другими людьми. Он начинает всматриваться в самого себя, как бы открывая для себя свое «я», стремится познать сильные и слабые стороны своей личности. На первых порах в основе самосознания подростка лежат суждения о нем других – взрослых, родителей, коллектива товарищей. Младший подросток словно смотрит на себя глазами окружающих. Особенность самосознания младших подростков заключается также в том, что хотя они стремятся понять самого себя, они еще не умеют достаточно глубоко анализировать свои поступки, свои успехи и неудачи. Поэтому каждый неуспех часто вызывает у подростка чувство неуверенности и даже переживание своей неполноценности. Поэтому для подростков характерна недостаточная устойчивость переживаний, намерений и оценок. Этими же особенностями самосознания объясняется повышенная чувствительность подростков к тому, как относятся к ним окружающие, их «ранимость», выражающаяся в обидчивости, упрямстве, вспыльчивости, а иногда в грубости и резкости. Именно это является причиной возникновения уже с 5-го класса частых конфликтов, вспыхивающих между детьми, а чаще между детьми и взрослыми. Очень важно правильно оценивать личность подростка, чтобы не вызвать у него двух противоположных, но одинаково отрицательных переживаний – чувства превосходства над другими и чувства неполноценности.

Интерес к своей личности не ослабляет у подростка интереса к внешнему миру. Напротив, в этом возрасте у детей укрепляются связи с коллективом, товарищами. Для подростков характерно определенное отчуждение от взрослых и усиление авторитета группы сверстников. Резко выраженное стремление занять достойное место, утвердить себя приводит не всегда к положительному результату, и если у подростка не получается решить эти задачи в классе, он непременно будет искать другие пути. Помочь найти себя и занять адекватное место могут взрослые.

В этом возрасте ярко проявляется стремление к общению с товарищами, стремление к жизни в коллективе сверстников. Для младших подростков характерно заметное развитие чувства личной дружбы, настоящей потребности в дружеском общении. «Не представляю себе жизнь без дружбы», «Дружба – это самое лучшее, что может быть у человека», – считают подростки. Мотивы дружбы становятся более глубокими. Дружат уже не только потому, что сидят за одной партой или живут в одном

доме, как это часто бывает у младших школьников, а на почве общих интересов, увлечений, совместной деятельности, взаимного уважения и симпатии, доверия и понимания, родственных взглядов и вкусов. Если раньше друг находился сам собой, то теперь подросток не склонен пассивно ждать, когда придет дружба. Он активно стремится найти близкого товарища, друга, присматривается с этой точки зрения к своим одноклассникам, пробует их в соответствующем качестве. Дружеские отношения в подростковом возрасте являются более глубокими, содержательными и устойчивыми, носят эмоционально-напряженный характер. Прекращение дружеских отношений часто воспринимается очень болезненно.

Нам, взрослым, нельзя игнорировать половой компонент личности младшего подростка. Последствия начинающейся в данном возрасте физиологической перестройки организма не одинаковы для представителей различных полов, осознаются эти последствия мальчиками и девочками не в равной мере, что не может не сказаться на «картине их поведения». Осознание этих последствий девочками приводит к мучительной «переоценке ценностей», и пятиклассницы при этом не только становятся старше психологически, но и занимают впервые прочно столь характерную для них впоследствии внутреннюю позицию «женщины», в связи с чем в поведении их появляются уже отличия от девочек-четвероклассниц и мальчиков-пятиклассников. Так, девочки отличаются от мальчиков в выборе средств самоутверждения. Они реже обращаются к негативному с целью утвердиться во мнении одноклассников. Значительно реже они своевольничают. В большей, нежели мальчики, мере прибегают к маскировке осознанных недостатков. В 11 лет девочки проявляют высокую чувствительность к попыткам делить людей на группы по половому признаку, и неуважительное отношение к женщине, как таковой рассматривается ими как оскорбление. Интерес к внутреннему миру других людей в этом возрасте расчетливее выражен у девочек. У них легче сформировать чувство ответственности за порученное дело, они исполнительнее. Они же обычно острее реагируют на ущемление своих прав и дольше сопротивляются воспитателям, прибегающим к непедagogическим мерам воздействия. Сосредоточенность на личных переживаниях ярче выражена у девочек и встречается чаще, чем у мальчиков. У девочек присутствует интерес к своей наружности, в то время как у мальчиков внешность не обладает еще значимостью. Обращает на себя внимание, что мальчики в этом возрасте дружат только с мальчиками, а девочки только с девочками, и это при том, что уже пятиклассникам не чужда романтика любви.

Таким образом, подросток – это противоречие между бурным физическим развитием и положением «ребенка»; между стремлением «казаться» и неумением «быть взрослым». Это противоречие между стремлением к личной свободе и неумением правильно распорядиться ею. Трудности подросткового возраста связаны с повышенной возбудимостью школьников, с острой реакцией на обиду, с повышенной критичностью по отношению к старшим. У подростков появляется стремление быть похожими на взрослых не только по внешним проявлениям, но и по определенным «стандартам поведения». Меняются их взгляды на себя, на окружающих. Возраст этот, хрупкий, ранимый, изменчивый, оказывается, может быть больше, чем какие-либо другие, зависим от реальностей окружающей жизни, потому что подросток впервые открывает ее для себя. На гранях такого перелома от родителей требуется особая чуткость и поддержка. Будем же внимательны и добры.

Педагог-психолог
С.В. Бабахина

ТЕМА 3

Ребенок в коллективе сверстников

Потребность в общении со сверстниками. Важную роль в развитии личности ребенка-дошкольника играет влияние, оказываемое на него общением со сверстниками.

Симпатия к другим детям, возникающая в раннем детстве, переходит у дошкольника в потребность общения со сверстниками. Эту потребность хорошо выразил шестилетний ребенок, который, возражая матери, предложившей заменить собой отсутствующего товарища, сказал: «Мне надо ребенок, а ты не ребенок».

Потребность в общении развивается на основе совместной деятельности детей в играх, при выполнении трудовых поручений и т. д.

В условиях общественного дошкольного воспитания, когда ребенок постоянно находится с другими детьми, вступает с ними в разнообразные контакты, складывается детское общество, где ребенок приобретает первые навыки поведения в коллективе, установления взаимоотношений с окружающими, которые являются не наставниками, а равными ему участниками совместной жизни и деятельности.

Влияние группы сверстников на развитие личности ребенка заключается, прежде всего в том, что именно в условиях общения со сверстниками ребенок постоянно сталкивается с необходимостью применять на практике усваиваемые нормы поведения по отношению к другим людям, приспособлять эти нормы и правила к разнообразным конкретным ситуациям. В совместной деятельности детей непрерывно возникают ситуации, требующие согласования действий, проявления доброжелательного отношения к сверстникам, умения отказаться от личных желаний ради достижения общей цели. В этих ситуациях дети далеко не всегда находят нужные способы поведения. Нередко между ними возникают конфликты, когда каждый отстаивает свои права, не считаясь с правами сверстников.

Вмешиваясь в конфликты, улаживая воспитатель учит детей осознанному выполнению норм поведения.

Зависимость от других и самостоятельность. Общение и совместная деятельность обеспечивают упражнение детей в правильных поступках, которое совершенно необходимо для того, чтобы ребенок не только знал нормы поведения, но и практически ими руководствовался.

Другим путем влияния детского общества на развитие личности детей, усвоение ими норм поведения служит складывающееся в группе общественное мнение.

В группе трехлетних детей еще нет общего мнения о тех или иных предметах, событиях, поступках. Мнение одного ребенка обычно не влияет на мнение другого. Но в четыре-пять лет дети начинают прислушиваться к мнению сверстников и подчиняются мнению большинства, даже если оно противоречит их собственным впечатлениям и знаниям. Такое подчинение мнению большинства носит название конформности. Конформность обнаруживается в опыте, когда нескольких детей специально подговаривают сказать, например, про черную и белую пирамидки, стоящие на столе, что они обе белые. Ребенок, не участвовавший в сговоре, выслушав мнение двух-трех сверстников, на вопрос «Какого цвета пирамидки?» тоже отвечает: «Обе белые».

В шесть лет конформность у детей значительно снижается. Конформность у дошкольников является переходным этапом в овладении умением согласовывать свои мнения. Но у некоторых детей она закрепляется и может стать отрицательным свойством личности.

Взаимные оценки. Оценки, которые дети дают своим сверстникам, первоначально являются простым повторением оценок воспитателя.

Когда трех- четырехлетних детей спрашивают: «Кто у вас в группе самый хороший?», они дают ответы типа: «Лена, потому что она быстро кушает» или «Витя, потому что он всегда слушается». Но постепенно оценки становятся более содержательными. Положительно оцениваются дети, которые знают много игр, делятся игрушками с товарищами, защищают слабых и т. п.

Оценка со стороны группы, особенно важна для детей начиная с четырех, пятилетнего возраста. Они стараются воздержаться от поступков, вызывающих неодобрение сверстников, заслужить их положительное отношение.

Каждый ребенок занимает в группе детского сада определенное положение, которое выражается в том, как к нему относятся сверстники. Обычно выделяются два-три ребенка, пользующиеся наибольшей популярностью: с ними многие хотят дружить, сидеть рядом на занятиях, им подражают, охотно выполняют их просьбы, уступают игрушки. Наряду с этим имеются и дети, вовсе непопулярные среди сверстников. С ними мало общаются, их не принимают в игры, им не хотят давать игрушки. Остальная часть детей располагается между этими «полюсами». Степень популярности, которой пользуется ребенок, зависит от многих причин: его знаний, умственного развития, особенностей поведения, умения устанавливать контакты с другими детьми, внешности, физической силы и выносливости и т. д.

Положение ребенка в группе сверстников показывает, насколько принят ребенок сверстниками, насколько реализованы или ущемлены его притязания на признание среди сверстников.

Педагог-психолог
С.В. Бабахина

Отношения в семье

Для формирования полноценного члена общества, способного регулировать свою эмоциональную жизнь, для развития у него адекватной самооценки, необходимой для воспитания в будущем своих собственных детей, рядом с ребенком должен постоянно находиться любящий и понимающий его взрослый человек. Очевидно, что обеспечить такой тесный, а главное постоянный контакт оказывается возможным только в семье.

Развитие ребенка, его социализация, превращение в «общественного человека» начинается с общения с близкими ему людьми. Эмоциональное общение ребенка с матерью - первый вид его деятельности, в которой он выступает в качестве субъекта общения.

Все дальнейшее развитие ребенка зависит от того, какое место он занимает в системе человеческих отношений, в системе общения. Потребность детей в общении не появляется у них автоматически. Она формируется постепенно, в зависимости от условий существования, от воздействия окружающих людей, прежде всего - близких взрослых.

Недостаток эмоциональных контактов всегда негативно отражается на личности ребенка. Невнимание родителей к чувствам и потребностям ребенка препятствует его здоровому развитию.

В первых ощущениях от положительных или отрицательных контактов дети начинают улавливать сообщения о себе, о своей ценности. Недостаток эмоционального общения лишает ребенка возможности самостоятельно ориентироваться в направленности и характере эмоциональных отношений окружающих взрослых и в своих экстремальных формах может даже привести к страху перед общением.

Взрослый начинает общаться с ребенком, когда тот еще не способен к коммуникативной деятельности, его поведение является главным примером в общении с другими людьми.

Данные показывают: в семьях, где существовали тесные и теплые взаимоотношения матери и ребенка, дети вырастают самостоятельными и активными. В семьях, где наблюдался дефицит эмоционального контакта в раннем возрасте ребенка, дети отличались замкнутостью и агрессивностью.

В общении с детьми и взрослыми ребенок овладевает нормами и правилами поведения, взаимоотношений, понимает их целесообразность и необходимость.

Отношения со взрослыми должны быть доверительными, доброжелательными. Ребенок еще многого не знает, не умеет; взрослый образован, опытен, поэтому нужно прислушиваться к его советам, словам. Но ребенок видит, что не всегда взрослые бывают правы, что поведение многих отнюдь не отвечает нравственным устоям. Ребенок учится отличать плохое от хорошего.

Поддерживается любое проявление творчества, инициативы, самостоятельности. В семье ребенок учится высказывать свое мнение, имеет право спорить, доказывать, рассуждать.

Какой бы ни был ребенок, он нуждается в признании своей индивидуальности и поддержке любящих родителей.

1. Семья – это материальная и духовная ячейка для воспитания детей. Основой, стержнем семьи является любовь, взаимная забота и уважение. Ребенок должен быть членом семьи, но не ее центром. Когда ребенок становится центром семьи и родители приносят себя ему в жертву, он вырастает эгоистом с завышенной самооценкой, он считает, что «все должно быть для него». За такую безрассудную любовь к себе он зачастую оплачивает злом – пренебрежением к родителям, к семье, к людям. Не менее

вредно, конечно равнодушие, тем более пренебрежительное отношение к ребенку. Избегайте крайностей в любви к ребенку.

2. Главный закон семьи: все заботятся о каждом члене семьи, а каждый член семьи в меру своих возможностей заботится обо всей семье. Ваш ребенок должен твердо усвоить этот закон.

3. Воспитание ребенка в семье – это достойное, непрерывное приобретение им в процессе жизни в семье полезного, ценного жизненного опыта.

4. Главное средство воспитания – это пример родителей, их поведение, их деятельность, это заинтересованное участие ребенка в жизни семьи, в ее заботах и радостях, это труд и добросовестное выполнение им ваших поручений. Слова – вспомогательное средство. Ребенок должен выполнять определенную, все усложняющуюся по мере взросления работу по дому для себя, для всей семьи.

5. Развитие ребенка – это развитие его самостоятельности. Поэтому не опекайте его, не делайте за него, то, что он может сделать сам. Помогайте ему в приобретении умений и навыков, пусть он научится делать все то, что умеете вы. Не страшно, если он сделает что-то не так, как надо: ему полезен опыт ошибок и неудач. Разъясняйте ему его ошибки, обсуждайте их вместе с ним, но не наказывайте за них. Предоставьте ему возможность попробовать себя в разных делах, чтобы определить свои способности, интересы и склонности.

6. Основа поведения ребенка – это его привычки. Следите за тем, чтобы у него образовались хорошие, хорошие привычки и не возникали дурные. Научите различать добро и зло. Разъясняйте вред распущенности, вещизма, лжи. Учите любить свой дом, свою семью, добрых людей, свой край. Важнейшей привычкой для него должно стать соблюдение режима дня. Выбирайте вместе с ним разумный режим дня и строго следите за выполнением.

Для воспитания ребенка очень вредны противоречия в требованиях родителей. Согласуйте их между собой.

7. Очень важно создать в семье спокойный, доброжелательный климат, когда никто ни на кого, когда даже ошибки и проступки обсуждаются без брани и истерики. Психическое развитие ребенка, формирование его в личности в большой степени ни зависит от стиля семейного воспитания. Не наказывайте ребенка за правду, если он признался в своих ошибках сам.

8. Приучайте ребенка заботиться о младших и старших в семье. Мальчик пусть уступает девочке, с этого и начинается воспитание будущих отцов и матерей.

9. Следите за здоровьем ребенка. Приучайте его заботиться самому о своем здоровье, о физическом развитии. Помните, что ребенок переживает возрастные кризисы: в 6-7 лет. Будьте внимательны к ребенку в эти кризисные периоды

10. Семья – это дом, и как всякий дом он может со временем ветшать и нуждаться в ремонте и обновлении. Не забудьте время от времени проверять, не нуждается ли ваш семейный дом в обновлении и ремонте. Желаем вам успехов в трудном и благородном деле семейного воспитания вашего ребенка, Пусть он принесет вам радость и счастье.

Педагог-психолог
С.В. Бабахина

Вопросы дисциплины

Детям не только нужны порядок и правила поведения, но они хотят и ждут их. Так как правила делают жизнь ребенка понятной и предсказуемой, создают чувство безопасности.

Нарушение заведенного порядка может совершенно расстроить и даже напугать ребенка. Дети интуитивно чувствуют, что за родительским «нельзя» скрыта забота о них. Один подросток с горечью сделал вывод, что родители его совсем не любят, так как позволяют ему слишком много, включая то, что запрещено другим детям. «Им, по-моему, просто нет до меня дела»

Если ребенок чувствует себя более защищенным в условиях заведенного порядка и определенных правил поведения, то почему же он постоянно норовит эти порядки и правила нарушать? - Это основной вопрос жалоб родителей.

На самом деле дети восстают не против самих правил, а против способов их внедрения (использование силовых методов).

ПУТИ БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

О такой дисциплине мечтает каждый родитель. Это самая трудная и тонкая задача воспитания. От способа ее решения зависит, вырастит ребенок внутренне собранным и ответственным человеком или нет.

ПРАВИЛА ПОДДЕРЖАНИЯ БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.

Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много и они должны быть гибкими. Эти правила предполагают особое чувство меры, мудрость родителей в решении вопросов о «можно», «следует», «нельзя».

Найти золотую середину между попустительским и авторитарным стилями поможет образ ЧЕТЫРЕХ ЦВЕТОВЫХ ЗОН поведения ребенка - зеленая, желтая, оранжевая, красная.

Зеленая - это то, что разрешено ребенку делать по его собственному желанию и усмотрению (в какие игры играть, когда сесть за уроки, какой кружок посетить, с кем дружить).

Желтая - это действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода. Ему разрешено действовать по собственному желанию, выбору, но в пределах определенных границ, т.е. он может решать сам, но при условии соблюдения некоторых правил (можно гулять, но в пределах двора; можно сесть за уроки когда хочешь, но закончить их к 8 часам вечера). В пределах этой зоны ребенок приучается к внутренней дисциплине. Родитель должен помочь ребенку на первых порах сдерживать непосредственные импульсы, быть осмотрительным, контролировать себя с помощью норм и правил, установленных в семье. Постепенно привыкая к правилам, ребенок без напряжения следует им, но это происходит только в том случае, если вокруг правил не было постоянных конфликтов. Предоставляйте ребенку как можно больше свободы и самостоятельности, тогда он будет принимать ваши ограничения гораздо легче.

Оранжевая - действия ребенка, которые в общем мы не приветствуем, но в виду особых обстоятельств сейчас допустимы. (Например, в 10 часов вечера приезжает отец и ребенку разрешается не ложиться спать и не идти на следующий день в д/с). Обычно дети очень благодарны за готовность пойти навстречу их особенной просьбе, тогда они даже более готовы соблюдать правила в обычных ситуациях.

Красная - действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах, категорические «нельзя», исключений никаких нет (нельзя бить, щипать, кусать других, играть с огнем, ломать вещи, обижать других) -серьезные нормы и социальные запреты. Можно найти золотую середину между готовностью понимать и быть твердым, между гибкостью и непреклонностью в процессе воспитания.

Родительские установки не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Важно быть осторожным в ограничениях, запретах «не дружить», «не ходить», «не надевать», «не участвовать». Необходимо быть уверенным, что ребенок не воспринимает их как угрозу его статуса в группе ребят. Страшнее всего стать «белой вороной» (быть предметом насмешек, быть непринятым или отвергнутым).

Родитель - носитель и проводник более общих, непреходящих ценностей: честности, трудолюбия, благородства, уважения к личности другого. Многие из этих ценностей важно не только обсуждать с ребенком, но и реализовывать их во взаимоотношении с ним.

Правила должны быть согласованы между собой (пример с новыми туфлями). Мать говорит одно, отец другое, бабушка - третье. В этой ситуации ребенку невозможно усвоить правила, привыкнуть к дисциплине. Он начинает настаивать на своем, «раскалывая» ряды взрослых. Следовательно, отношения между взрослыми ухудшаются. Поэтому даже если один родитель не согласен с требованиями другого - лучше промолчать, а потом без ребенка обсудить разногласия и прийти к общему мнению. Важна последовательность соблюдения правил (если 2 дня подряд ребенок ложился в 10 часов, то на 3-й день его будет трудно уложить в 9, он резонно возразит). Дети постоянно испытывают наши требования на прочность и принимают то, что не поддается расшатыванию. В противном случае настаивают, вымогают и ноют.

Тон, которым сообщено требование или запрет, должен быть скорее дружественным, разъяснительным, чем повелительным. Любой запрет труден, но если он произнесен сердитым или властным тоном, становится труднее вдвойне (Например: «почему нельзя?» - «я так сказала». Лучше ответить «это опасно», «уже поздно».)

О НАКАЗАНИЯХ

Если соблюдаются все правила, не придется прибегнуть к наказаниям и тем не менее от недоразумений никто не застрахован.

Физические наказания. Они лишь озлобляют, запугивают и унижают ребенка. Позитивного результата гораздо меньше, чем негативного. Рекомендуются единственный вариант физического воздействия - обуздание разбушевавшегося ребенка (схватить за руку, усадить на диван до тех пор, пока ребенок не сможет контролировать свои действия, т.е. помочь прийти в себя, и когда успокоится - поговорить).

Один из видов наказания - естественное следствие непослушания. Винить ребенка некого кроме самого себя («я же тебя предупреждала, не слушал - пеняй на себя»). Этого делать не следует, т.к.

ребенок хорошо помнит о вашем предупреждении

он сейчас расстроен и глух к любым разумным замечаниям

ему тяжело признать свою ошибку, он готов оспаривать вашу правоту

Тип наказания - условное следствие непослушания («если ты не прекратишь грубить, я поставлю тебя в угол»). Этот вид наказания всегда заканчивается выполнением угрозы и эти наказания не вытекают естественным образом из действия ребенка, а назначаются родителем по его усмотрению. Отсюда вытекает правило

Наказывая ребенка, правильнее лишать его хорошего, чем делать ему плохое, (пример. По выходным родители вместе ходят в парк, или в лес на лыжах, или мать печет пирог, т.е. лишаем этого, а дети очень ценят семейные традиции и ждут их. Но если произошло непослушание, праздник на этой неделе нужно отменить). Это осязаемое наказание для ребенка, но не обидное и неоскорбительное, так как дети хорошо чувствуют

справедливость, а это справедливо, когда родители не уделяют им свое время, т.ж. расстроены или рассержены.

Рекомендация: нужно иметь запас больших и малых праздников или семейных традиций. Придумайте несколько занятий с ребенком, которые будут создавать для ребенка так называемую «зону радости». Сделайте некоторые из этих занятий регулярными, чтобы ребенок знал, что они наступят обязательно, если он не сделает что-то плохое. Отменяйте их, только если случится проступок, но не угрожайте отменой праздника по мелочам.

«Зона радости» - это золотой фонд вашей жизни с ребенком и одновременно его зона ближайшего развития, т.е. основа вашего с ним доброжелательного общения и залог бесконфликтной дисциплины.

ТРУДНЫЕ ДЕТИ

Это не худшие, а особо чувствительные и ранимые дети. Поэтому они нуждаются в особенной помощи, но не в критике и наказаниях. Причины стойкого непослушания лежат в глубине психики ребенка и зачастую причинами непослушания являются причины эмоционального характера.

ПРИЧИНЫ НАРУШЕНИЯ ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ

Борьба за внимание. Если нет должного внимания со стороны взрослого, ребенок находит свой способ его получить. Не слушаться родителей, отрывая от дел и получая замечания. Лучше такое внимание, чем никакого.

Борьба за самоутверждение (возникает против чрезмерной родительской власти и опеки). Знаменитое требование «я сам» начинается с 2-х лет и продолжается до подросткового возраста. Дети очень чувствительны к ущемлению этого стремления. Им трудно, когда родители общаются с ними в форме указаний, замечаний, опасений. Если замечания и советы слишком часты, приказы и критика слишком резки, а опасения - сильно преувеличены, ребенок начинает восставать. Воспитатель встречает упрямство, своеволие, действие наперекор. Смысл такого поведения - отстоять право самому решать свои дела и вообще показывать, что он - личность.

Желание отомстить. Дети часто бывают обижены на родителей (родители больше внимания уделяют младшим детям, мать разошлась с отцом, в доме отчим, постоянные ссоры родителей). В глубине души ребенок, переживает, страдает, а на поверхности те же протесты, непослушания, неуспеваемость в школе. «Вы сделали мне плохо, пусть и вам будет плохо».

Потеря веры в собственный успех. Может случиться, что ребенок переживает собственное неблагополучие в какой-либо области жизни, а неудачи возникают в другой (не сложились отношения в группе, классе - запущена учеба, вызывающее поведение дома). Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низкой самооценки ребенка, а накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, он вообще теряет уверенность в себе. «Нечего стараться, все равно не получится» - это в душе, а внешне - «все равно, плохой и буду плохой».

Трудные дети особо испытывают потребность в тепле, внимании родителей, в признании и уважении ребенка как личности, чувстве справедливости, в желании успеха.

ОСНОВНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТРУДНЫХ ДЕТЕЙ

Остро страдают от нереализованности вышеуказанных потребностей

Страдают от попыток восполнить нехватящее способами, которые ничего не восполняют. Дети неразумны, так как не знают, как сделать иначе. Поэтому особую важность представляет понимание глубинной причины непослушания. Сначала разгадайте, какая из 4-х эмоциональных проблем мешает ему нормально существовать.

Обратите внимание на собственные чувства:

Если ребенок борется за внимание, досаждаст своим непослушанием и выходками, то у родителей возникает раздражение.

Противостояние порождает гнев у родителя.

Желание ребенка отомстить порождает у ребенка чувство обиды.

Неблагополучие ребенка. Родитель впадает в отчаяние, чувство безнадежности.

НЕ РЕАГИРУЙТЕ ПРИВЫЧНЫМ ОБРАЗОМ - иначе образуется порочный круг, т.к. чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается: его усилия достигли цели. Следовательно он возобновляет их с новой энергией. ц

РЕКОМЕНДАЦИИ

Борьба за внимание. Окажите положительное внимание ребенку.

Борьба за самоутверждение - уменьшите свою включенность в дела ребенка (пусть накопит свой опыт решений, даже неудач)

Если почувствуете боль, спросите себя, что заставило ребенка причинить ее вам? Какая боль у него самого, чем вы обидели его или постоянно обижаете? Поняв причину, постарайтесь исправить ее

Отчаявшийся родитель - перестаньте требовать полагающегося поведения, сведите к нулю свои ожидания и претензии. Найдите для ребенка доступный уровень задач. Организуйте с ним совместную деятельность, т.к. он сам не сможет выйти из тупика.

НЕЛЬЗЯ ДОПУСКАТЬ В АДРЕС ТРУДНЫХ ДЕТЕЙ НИКАКОЙ КРИТИКИ. Ищите любой повод похвалить ребенка, отмечайте любой, даже самый маленький успех, постарайтесь подстраховать его, избавить от крупных провалов, поговорите с воспитателями и сделайте их своими союзниками.

Педагог-психолог

С.В. Бабахина

Ответственное родительство – залог благополучия семьи

Наше общество в настоящее время переполнено асоциальными явлениями, порожденными неблагополучным состоянием института семьи: социальное сиротство, алкоголизм, девиантное поведение, подростковые суициды, детская проституция, наркомания, преступность – неполный перечень того, что можно устранить, возродив полноценную семью.

Общество заинтересовано в прочной, духовно и нравственно здоровой семье, ибо здоровье подрастающего поколения – это здоровье нации. Именно в семье формируются основы личности, гражданина, его моральные, ценностные ориентации. Все самое первое и важное происходит с человеком в семье: рождение, первые шаги, ощущение безопасности, любовь и счастье. Для каждого человека семья – это необходимость, с помощью которой он реализует не только биологические потребности, а в первую очередь духовные потребности, потребности в любви, заботе и признании.

Семья выступает как первый воспитательный институт, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни, в семье закладываются основы нравственности человека, формируются нормы поведения, раскрываются внутренний мир и индивидуальные качества личности. Именно семья призвана обеспечивать основные, базовые потребности ребенка, к которым относятся: физиологические потребности (во сне, отдыхе, питании и т.п.); потребность в безопасности ("крыша над головой", социальная и материальная защищенность и т.п.); потребность в любви и уважении. Однако далеко не всегда семья выполняет жизненно важные для развития и социального становления ребенка функции.

Модель материнства и отцовства отличаются скорее функционально, нежели по личностным характеристикам. Мать должна давать ребенку любовь, заботу, ласку и понимание, а отец — защиту, чувство безопасности образование и материальное обеспечение. Причем, так считают и мужчины, и женщины. Функции отца и матери разнятся, выступают как взаимодополняющие друг друга, их личностные характеристики во многом схожи. К сожалению, в последнее время наблюдается снижение ценности материнства. Значительная часть современных женщин воспринимает материнство не как своё призвание, а как обузу, препятствие в профессиональном становлении, как нечто, с чем со временем надо смириться. Ценность отцовства тоже снижается. В нашей традиции и культуре роль отца в семье особая. Отец – непререкаемый авторитет. Он является главой семьи. Отец несёт ответственность за семейное благополучие, осуществляет помощь и защиту. Такие требования сохранились в нашей культуре до сих пор в виде ожиданий от "настоящего (идеального) отца". Но что, же наблюдается в действительности? Отцы часто занимают периферическое, дистанционное положение по отношению к матери и к детям. Это создаёт условия для обесценивания его роли в глазах супруги и собственных детей. Кроме того, растёт количество мужчин, вступающих в брак с инфантильными, а порой и потребительскими установками в отношении своей второй половины. Конечно, так ведут себя далеко не все отцы. Но современных мальчиков на осознанное отцовство, на отцовство как ценность особо и не ориентируют (за исключением отдельных случаев в конкретных семьях). Их внимание наравне с девочками концентрировали на профессиональные успехи, а сейчас – на самореализацию, личные достижения и независимость. Разрушение ценности отцовства не может пройти

бесследно. Есть русская народная поговорка – "семья без отца, что дом без крыши". И как следствие снижение ценности материнства и отцовства непосредственно сказывается на детях.

По-настоящему сознательные и ответственные родители хотят видеть своего ребенка здоровым, умным, счастливым. Все это, как известно, закладывается в самом начале жизненного пути. Поэтому рождение ребенка и его воспитание требуют осознания родительской ответственности и определенной грамотности, без которой эта ответственность не может быть реальной.

Педагог-психолог
С.В. Бабахина