

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ
от педагога-психолога

1. Когда вы браните ребенка, не употребляйте выражений: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок всегда и вообще хорош, он лишь сегодня что – то сделал не так, об этом скажите ему.
2. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.
3. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все – таки, как хорошо у нас дома».
4. Наши разговоры с детьми нередко бедны, поэтому каждый день читайте с детьми вслух (даже с подростками) хорошую книгу, это сильно обогатит ваше духовное общение.
5. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.
6. Всегда подбадривайте подростка. Уверенность появляется тогда, когда тебе говорят: "Я знаю, ты можешь это сделать! Ты это сделал! Потрясающе!». Но это не означает, что не следует критиковать. Критику нужно сочетать с похвалой.
7. Родители должны привить ребенку три главных качества: уважение, находчивость, ответственность.

Правила общения с ребенком

1. Можно выразить свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом.
2. Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были. Раз они у него возникли, значит, для того есть основания.
3. Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо того посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.
4. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическими, иначе оно перестает восприниматься.
5. Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.
6. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, и становиться «сознательным».
7. Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. Но при том, возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.
8. Если ребенок вызывает своим поведением у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.
9. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы сообщите ему: «С тобой все в порядке! Ты справишься!»
10. Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные с возможностями ребенка.
11. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за личные дела вашего ребенка, пусть он чувствует себя ответственным за их выполнение.
12. О своих чувствах говорите ребенку от первого лица, сообщайте о себе, о своем переживании, а не о нем и его поведении.

Как справиться с осложнениями, возникшими в школе

* Покажите ребенку, что Вы его понимаете, что Вы на его стороне; отложите другие дела и посвятите все свое время ребенку, постарайтесь укрепить его чувство уверенности в себе.

* Не делайте все время акцента на школьных неурядицах своего сына или дочери.

* Серьезно относитесь ко всем проблемам Вашего ребенка какими бы пустяковыми они Вам ни казались.

* Избегайте слишком сильного давления.

* Обратите внимание на организацию дня Вашего ребенка. Он должен заниматься в одно и то же время.

* Поддерживайте связь со школой, с учителями.

* Подайте пример и сами меньше смотрите телевизор, сократите время просмотра телепередач для ребенка.

* Предпримите над собой усилие и вместе с ребенком займитесь активным отдыхом, лучше на воздухе.

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПО ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ

1. Никогда не занимайтесь воспитанием ребенка в плохом настроении. Основой основ эффективного стиля обучения в семье является положительная эмоциональная установка. Воспитание детей – одно из самых прекрасных занятий человека, и ему непременно должны сопутствовать хорошее настроение, спокойствие, расположенность к общению.
2. Предоставьте самостоятельность. Воспитывайте, но не контролируйте каждый шаг. Не подменяйте воспитание опекой. Взрослые не любят, когда вмешиваются в их дела, руководят поступками, навязывают готовые решения, копаются в мелочах. Дети – тоже. Но дети – люди неопытные. И хотя им очень хочется до всего дойти самим, сделать это они могут лишь с помощью взрослых, которая должна быть тактичной, своевременной и умеренной.
3. Ясно определите, что вы хотите от ребенка, и объясните это ему, а также узнайте, что он думает по этому поводу. Дети не повторяют жизнь родителей, им суждено пройти свой путь. И они необязательно хотят того же, что и вы.
4. Не пропустите момент, когда достигнут первый успех. Никогда не ждите особого случая – хвалите ребенка за каждый удачный шаг. Этим вы эмоционально поддержите его. Ребенок чувствует, что его достижения не остались незамеченными. Причем хвалите не вообще – а конкретно. Не «ты молодец», а «ты молодец, потому что...»
5. Главное – оценить поступок, а не личность. К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная родительская ошибка. «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «ты поступил плохо» (оценка поступка)
6. Воспитатель должен быть строгим, но добрым. Не надо мучиться ложным выбором – какой метод воспитания лучше: «авторитарный» или «либеральный». Ни беспредметная жестокость, ни беспредметная доброта не годятся в качестве принципов воспитания. Все хорошо в свое время, и надо уметь применять разные методы в соответствии с конкретной ситуацией.
7. Лучше всего не подсказывать готового решения, а показывать пути к нему и время от времени разбирайте с ребенком его правильные и ложные пути к цели.

Что не надо делать *памятка для родителей*

Нельзя унижать ребенка, придумывать клички, прозвища, зло высмеивать, иронизировать, акцентировать внимание на пропусках, просчётах, неудачах.

Нельзя угрожать лишением любви, заботы, суровыми наказаниями.

Нельзя злоупотреблять нравоучениями: во-первых, потому что дети семи лет с трудом понимают фразы, состоящие более чем из восьми слов, а во-вторых, короткие указания обладают коротким эффектом.

Нельзя злоупотреблять обещаниями: ребенок живёт настоящим, а обещание – это будущее, обещать - легко, выполнить - трудно.

Нельзя чрезмерно опекать: по мере взросления должна расти самостоятельность, ибо каждого из нас в большей мере формирует то, что мы делаем сами, а не с нами.

Нельзя требовать немедленного повиновения: нужно время, чтобы принять требуемое, чтобы подумать, как его выполнить, а возможно, найти и лучший вариант.

Нельзя требовать того, что не соответствует возрасту, возможностям ребенка, а потому надо знать, изучать своего ребенка, а он меняется.

Нельзя лишать ребёнка права оставаться ребёнком: пусть будет с ним всё то, что свойственно ребёнку, помните, что образцовый ребенок – это несчастный ребёнок, он не может быть самим собой.

Нельзя приклеивать ребёнку ярлыки: «Он у меня застенчивый», «Он у меня трусливый» и т.д.

Нельзя сравнивать ребенка с другими детьми: такого как ваш нет ни у кого.

Нельзя дважды наказывать за одно и то же: ищите объяснение, почему повторяется проступок

Нельзя говорить плохо о ребенке в присутствии других людей: щадите самолюбие ребенка: лучше поговорить о плохом наедине и без свидетелей, так будет больше шансов на то, что ситуация изменится.

Нельзя бесцеремонно проникать в уголки личной жизни ребенка, он имеет право на неё, на свой интимный мир; ведите себя так, чтобы он приоткрыл часть его.

Нельзя строить воспитание на запретах: вспомните – запретный плод сладок, к тому же, если запрет исходит от родителей, у ребёнка возникает злость на весь мир.

Величие небольших различий памятка для родителей



Признайте за ребенком право на индивидуальность, право быть другим. Не уличайте детей в неумении, а помогайте найти пути решения проблемы. Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите за его успехи и достижения. Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные даже по биологическому возрасту – девочки обычно старше ровесников-мальчиков.

Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь с ним против объективных трудностей, станьте союзником, а не противником или сторонним наблюдателем.

Старайтесь, давая задания **мальчикам** как в школе, так и в быту, включать в них момент поиска, требующий сообразительности. Не надо заранее рассказывать и подсказывать, что и как делать. Следует подтолкнуть ребенка к тому, чтобы он сам открыл принцип решения, пусть даже наделав ошибок.

С **девочками**, если им трудно, надо вместе, до начала работы, разобрать принцип выполнения задания, что и как надо делать. Вместе с тем **девочек** надо постепенно учить действовать самостоятельно, а не только по заранее известным схемам (работу по дому выполнять точно, как мама, в школе решать типовые задачи, как учили на уроке), подталкивать к поиску собственных решений незнакомых, нетиповых заданий.

Не забывайте не только рассказывать, но и показывать. Особенно это важно для **мальчиков**.

При первых неудачах не нервничайте сами и не нервничайте ребенка. Попытайтесь отыскать объективные причины трудностей и смотреть в будущее с оптимизмом. Не забывайте, что ваша оценка поведения или каких-то результатов деятельности ребенка всегда субъективна. И всегда может найтись кто-то другой, кто увидит в этом ребенке то хорошее, что не заметили вы.

Мы часто любим в ребенке результаты своих трудов. А если результатов нет, виноват не ребенок, а мы, потому что не сумели его научить. Бойтесь списывать свою некомпетентность, свои неудачи на ребенка. Это вы педагог или родитель, а не он. К сожалению, мы любим тех, кого умеем научить.

Постарайтесь, чтобы главным для вас стало не столько научить чему-то, сколько сделать так, чтобы ребенок захотел научиться, не потерял интереса к учебе, почувствовал вкус к познанию нового, неизвестного, непонятного.

Помните: для ребенка чего-то не уметь, чего-то не знать – это нормальное положение вещей, на то он и ребенок. Этим нельзя попрекать. Стыдно самодовольно демонстрировать перед ребенком свое превосходство в знаниях.

Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то не ошибаясь. Старайтесь не выработать у ребенка страха перед ошибкой. Чувство страха – плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания.

Не обольщайтесь – вы не идеал, а значит, не образец для подражания во всем и всегда. Поэтому не заставляйте ребенка быть похожим на вас.

Старайтесь не преподносить детям истину, а учите находить ее. Всячески стимулируйте, поддерживайте, возвращайте самостоятельный поиск ребенка.

Прежде чем ругать ребенка за неумение, попытайтесь понять природу трудностей.

Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать, глядя на него при этом с высоты своего авторитета. Это сейчас он знает и умеет хуже вас. Придет время, и по крайней мере в каких-то областях он будет знать и уметь больше вас. А если тогда он повторит в ваш адрес те же слова, что сейчас говорите ему вы?

Помните, что мы часто недооцениваем эмоциональную чувствительность и тревожность **мальчиков**.

Если вам надо отругать **девочку**, не спешите выказывать свое отношение к ней – бурная эмоциональная реакция помешает ей понять, за что ее ругают. Сначала разберите, в чем ее ошибка.

Ругая **мальчика**, изложите кратко и точно, чем вы недовольны, так как он не может долго удерживать эмоциональное напряжение. Его мозг как бы отключит слуховой канал, и ребенок перестанет вас слушать и слышать.

Знайте, что **девочки** могут капризничать, казалось бы, без причины или по незначительным поводам из-за усталости (истощение правого “эмоционального” полушария мозга). **Мальчики** в этом случае истощаются интеллектуально (снижение активности левого “рационально-логического” полушария). Ругать их за это не только бесполезно, но и безнравственно.

Если ваш **сын** гораздо медленнее осваивает грамоту, чем это делала его старшая сестренка, плохо пересказывает и небрежно пишет буквы, не огорчайтесь, это особенность мужского ума. К тому же **мальчики** отстают от девочек в развитии. Их детство длится дольше. К семи годам мальчики по своему биологическому возрасту младше девочек-ровесниц на целый год. У **мальчиков** свой путь взросления, но так как они больше ориентированы на усвоение информации (в отличие

от девочек, которых больше интересуют отношения между людьми), за их интеллектуальное развитие можно не беспокоиться.