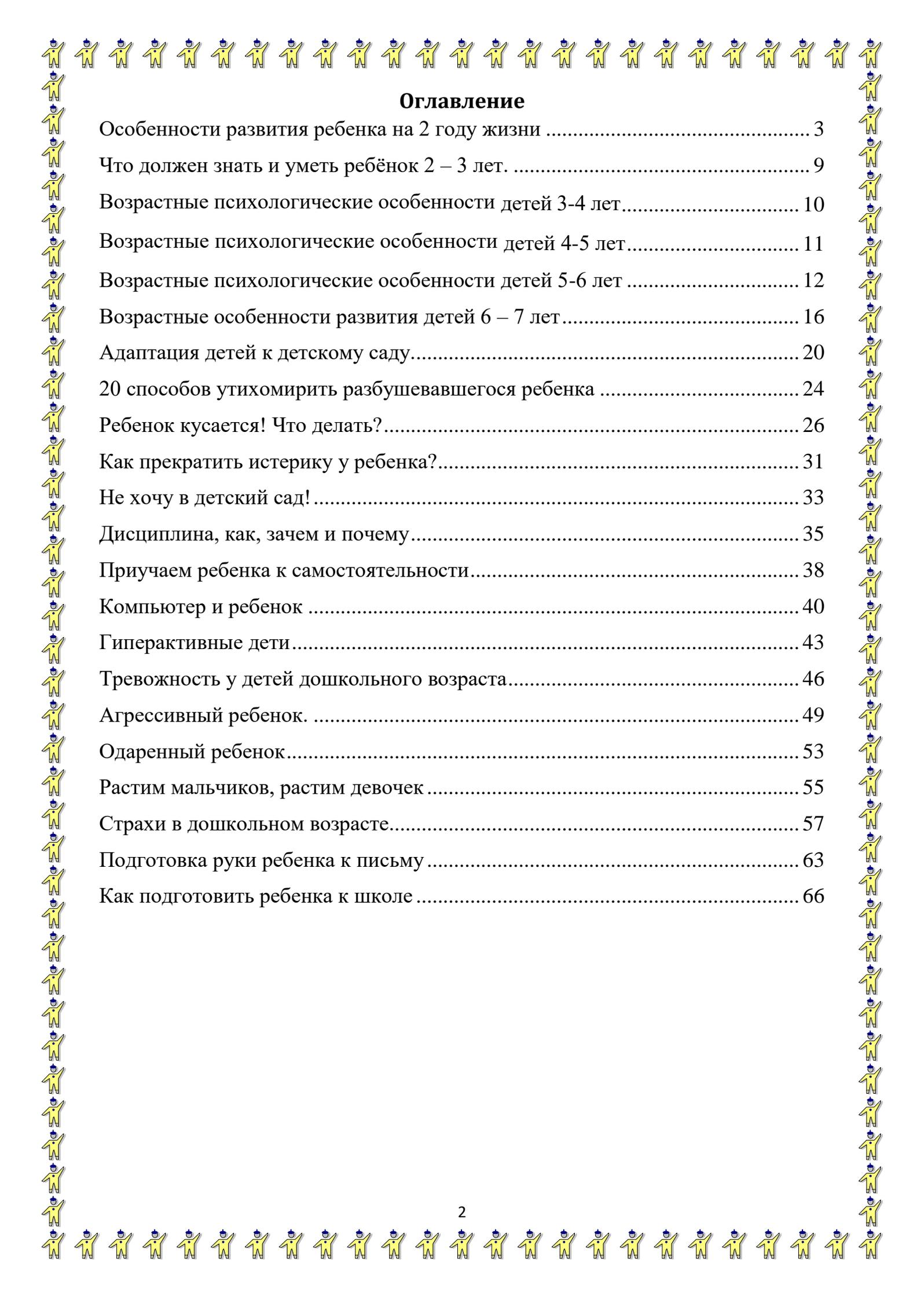


Консультации для родителей по разным направлениям

Составила Аникина М. Г.
педагог-психолог МБУ «Лицей №6»
структурное подразделение
Детский сад «Дельта»

2025 г.



Оглавление

Особенности развития ребенка на 2 году жизни	3
Что должен знать и уметь ребёнок 2 – 3 лет.	9
Возрастные психологические особенности детей 3-4 лет.....	10
Возрастные психологические особенности детей 4-5 лет.....	11
Возрастные психологические особенности детей 5-6 лет	12
Возрастные особенности развития детей 6 – 7 лет.....	16
Адаптация детей к детскому саду.....	20
20 способов утихомирить разбушевавшегося ребенка	24
Ребенок кусается! Что делать?.....	26
Как прекратить истерику у ребенка?.....	31
Не хочу в детский сад!	33
Дисциплина, как, зачем и почему.....	35
Приучаем ребенка к самостоятельности.....	38
Компьютер и ребенок	40
Гиперактивные дети.....	43
Тревожность у детей дошкольного возраста.....	46
Агрессивный ребенок.	49
Одаренный ребенок.....	53
Растим мальчиков, растим девочек.....	55
Страхи в дошкольном возрасте.....	57
Подготовка руки ребенка к письму	63
Как подготовить ребенка к школе	66

Особенности развития ребенка на 2 году жизни

Социально-эмоциональное развитие:

При необходимости обращается за помощью к взрослому, ищет внимания к себе и старается его сохранить. Взаимодействует, ждет, пытается помочь начинает проявлять гордость при достижении цели, проявляет эмоции возбуждения, восхищения, гнева, зависти. Наслаждается компанией сверстников. Развивается воля. Может играть один в присутствии взрослого.

Общая моторика, моторика рук:

Ходит уверенно. Наклоняется, чтобы достать предмет с пола. Останавливается, идет в сторону и назад, бросает мяч. Короткое время стоит на одной ноге. При легкой поддержке ходит вниз по лестнице, поднимается сам, прыгает на месте, крутит педали трехколесного велосипеда. Держит два предмета в одной руке. Чертит карандашом, листает страницы книги. Ставит друг на друга от 2 до 6 кубиков.

Зрительно-двигательная координация:

Чертит штрихи и "каракули". Держит чашку, поднимает ее и пьет.

Восприятие, предметно-игровая деятельность:

Прослеживает движение мячика в помещении, снимает кольца с пирамиды. Выделяет выражение лица (плач, смех). Рассматривает картинки в книге.

Психологическое развитие:

Начинает понимать назначение большинства окружающих предметов. Использует один предмет как инструмент, чтобы достать игрушку. Подбирает идентичные предметы. Знает свое имя и названия многих окружающих предметов. Узнает и называет свое отражение в зеркале. Называет от одного до пяти частей тела.

Понимание речи:

Дает несколько предметов по просьбе. Смотрит на показываемые картинки в течение 2 мин. Указывает на знакомое лицо, животных игрушки и предметы по словесной инструкции. Показывает знакомые картинки, когда их называют. Реагирует на запрет "не трогай". Ассоциирует простые слова по категориям: "пицца", "одежда".



Первый этап развития ребенка от 1 до 2 лет – 55 неделя (ребенку чуть больше года)

Ваш ребенок проходит новую ступень развития мышления, он начинает вырабатывать собственные методы решения процессов происходящих вокруг него, учится достигать результатов, воздействуя на окружающий мир.

У вас в доме появляется помощник, который начинает пылесосить, мыть посуду, стирать, он может что-то принести и отнести. Появляется настойчивое желание делать некоторые действия самостоятельно. У каждого

малыша они свои – кто-то начинает строить башенки, кто-то желает сам раздеваться и одеваться, а кто-то кушать или умываться.

Ребенок становится более непредсказуемым, так как порой вы не можете понять, что именно он пытается в данный момент сделать. Его игры с игрушками становятся более сложными, он как бы заново осваивает их, открывая для себя новые качества и функции.

Для того чтобы понять и усвоить новые открытия малышу нужно время. Если до года время адаптации к новому этапу было не продолжительным, то теперь из-за глубины изменений оно увеличивается и может длиться 4-5 недель.

Ребенок становится более капризным, беспокойным, постоянно требует вашего внимания. Ему вновь не нравятся посторонние люди, и он прячется от них. Некоторые малыши не желают сходить с рук, хотят все делать вместе с мамой. Они становятся очень ревнивы, и скандалят, если им кажется, что мама уделяет им недостаточно внимания. В период перехода может нарушиться сон, и ухудшится аппетит. Также возможны резкие перепады настроения, он может вредничать и впадать в ярость. Кроме того, ваш ребенок вновь начинает вдруг делать вещи, которые были характерны для него в более раннем возрасте.



Основная ваша задача в такое непростое время – это сохранять спокойствие и помогать малышу успокоиться. Вы должны быть просто рядом, чтобы он почувствовал, что мир вокруг него изменяется, но мама всегда с ним, она его любит, понимает, и защитит, если это будет нужно. Почувствовав себя в безопасности, ребенок более легко и спокойно перейдет на следующую ступень

развития.

*Второй этап развития ребенка от 1 до 2 лет – 64 неделя.
(ребенку чуть больше, чем 1 год 3 месяца)*

Второй этап развития ребенка опять связан с развитием мышления. Оно становится более сложным, взрослым. Ребенок начинает мыслить, создавать свои маленькие программы, вносить в них изменения и оценивать результаты. Он постигает основные жизненные принципы. Это очень сложный и интересный период в жизни ребенка.

С одной стороны малыш становится более понятным, вы видите, чего он хочет, вам ясно, чем он занят. Теперь прежде, чем что-то сделать, ребенок начинает думать и размышлять.

А с другой стороны вам потребуется теперь втрое больше терпения по отношению к малышу. Так как для познания жизненных принципов он постоянно экспериментирует, в том числе и с вами (А что сделает мама, если я нарисую на обоях, переверну мусор, порву книжку, разбросаю все вокруг, не буду ложиться спать, не буду есть и другие варианты, думаю, что у

каждой мамы найдется что перечислить). Для чего он это делает? Не в коем случае не для того, чтобы рассердить вас и вывести из себя, хотя именно так и может показаться. На самом деле, ребенок изучает реакцию окружающего мира на его поступки. Он узнает, что такое хорошо, а что такое плохо, изучает ваш характер, выясняет, как его поведение влияет на ход развития событий(когда он послушный и не послушный).

Ваше грамотное поведение в этот период позволит в дальнейшем облегчить взаимоотношения с ребенком. Именно в это время нужно приучать ребенка к правилам поведения, научить его понимать ваши запреты, показать ему границы дозволенного. Как и в предыдущем этапе развития во время переходного периода малыш становится более ранимым, он встревожен очередными изменениями и хочет, чтобы мамы была рядом. Вам нужно относиться к этому терпеливо. Может казаться, что ребенок уже должен вести себя лучше, и, требуя от него более взрослого поведения, вы можете столкнуться с еще большей сопротивлением с его стороны. В результате могут возникнуть ненужные ссоры. Поэтому-то очень важно знать о причинах такого поведения, это поможет вам с большим пониманием оценивать ситуацию.

После того, как переходный период пройдет, вы увидите, что ребенок стал более активным, более мудрым. Он начинает больше играть самостоятельно, более спокоен, наблюдателен. Сейчас для него самое интересное занятие изучать и осматривать все новое.

Для того чтобы вы могли помочь ребенку быстрее освоиться в новом этапе, перечислю основные «жизненные законы», которые он осваивает в этот период:

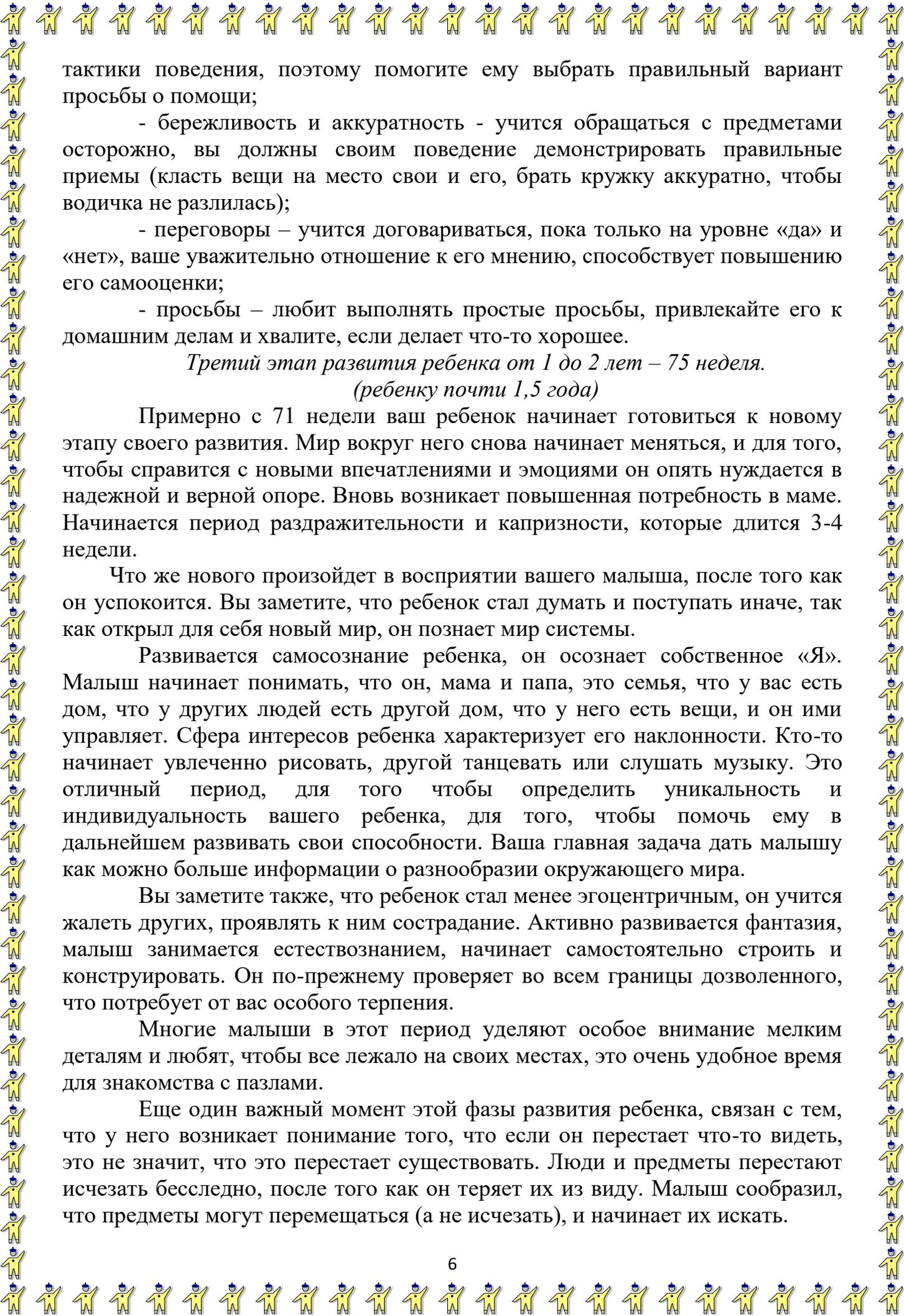
- «мое – твое» - узнает, что есть вещи, которые принадлежат ему, а есть вещи чужие, многих факт наличия последних очень расстраивает. Вам нужно объяснить ребенку, что такое «чужой» и научить его делиться, меняться, возвращать обратно «не свое». (Используйте для примера ролевые игры с его игрушками);

- правила поведения, вы должны в мягкой, но категоричной форме объяснять малышу что можно, а что нельзя. Чтобы не путать ребенка, вещи и поступки, относящиеся к категории «нельзя» должны быть определены один раз и навсегда. Т.е. если вы что-то запрещаете, то запрещать нужно всегда, а если сегодня можно, а завтра нельзя, то очень скоро вы столкнетесь с таким явлением, как истерия, так как ребенок будет выражать протест: почему сегодня нельзя, если вчера было можно;



- воля, у ребенка все чаще появляется желание делать все по-своему, вы должны научить его понимать, что не всегда можно все и сразу, и что другие тоже чего-то хотят (опять же помогут ролевые игры с его игрушками);

- помощь, ребенок учится требовать и просить, и, исходя из вашей реакции, вырабатывает



тактики поведения, поэтому помогите ему выбрать правильный вариант просьбы о помощи;

- бережливость и аккуратность - учится обращаться с предметами осторожно, вы должны своим поведением демонстрировать правильные приемы (класть вещи на место свои и его, брать кружку аккуратно, чтобы водичка не разлилась);

- переговоры – учится договариваться, пока только на уровне «да» и «нет», ваше уважительное отношение к его мнению, способствует повышению его самооценки;

- просьбы – любит выполнять простые просьбы, привлекайте его к домашним делам и хвалите, если делает что-то хорошее.

*Третий этап развития ребенка от 1 до 2 лет – 75 неделя.
(ребенку почти 1,5 года)*

Примерно с 71 недели ваш ребенок начинает готовиться к новому этапу своего развития. Мир вокруг него снова начинает меняться, и для того, чтобы справиться с новыми впечатлениями и эмоциями он опять нуждается в надежной и верной опоре. Вновь возникает повышенная потребность в маме. Начинается период раздражительности и капризности, которые длится 3-4 недели.

Что же нового произойдет в восприятии вашего малыша, после того как он успокоится. Вы заметите, что ребенок стал думать и поступать иначе, так как открыл для себя новый мир, он познает мир системы.

Развивается самосознание ребенка, он осознает собственное «Я». Малыш начинает понимать, что он, мама и папа, это семья, что у вас есть дом, что у других людей есть другой дом, что у него есть вещи, и он ими управляет. Сфера интересов ребенка характеризует его наклонности. Кто-то начинает увлеченно рисовать, другой танцевать или слушать музыку. Это отличный период, для того чтобы определить уникальность и индивидуальность вашего ребенка, для того, чтобы помочь ему в дальнейшем развивать свои способности. Ваша главная задача дать малышу как можно больше информации о разнообразии окружающего мира.

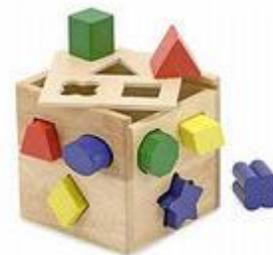
Вы заметите также, что ребенок стал менее эгоцентричным, он учится жалеть других, проявлять к ним сострадание. Активно развивается фантазия, малыш занимается естествознанием, начинает самостоятельно строить и конструировать. Он по-прежнему проверяет во всем границы дозволенного, что потребует от вас особого терпения.

Многие малыши в этот период уделяют особое внимание мелким деталям и любят, чтобы все лежало на своих местах, это очень удобное время для знакомства с пазлами.

Еще один важный момент этой фазы развития ребенка, связан с тем, что у него возникает понимание того, что если он перестает что-то видеть, это не значит, что это перестает существовать. Люди и предметы перестают исчезать бесследно, после того как он теряет их из виду. Малыш сообразил, что предметы могут перемещаться (а не исчезать), и начинает их искать.

Для ребенка впервые появляется понятие время, он лучше запоминает события прошедшие, и начинает строить первые планы и прогнозы будущего. Происходит огромный скачек в развитии речи. Малыш начинает говорить предложениями.

Развитие речи ребенка 1-2 года. Это этап развития, который можно было бы назвать «ни дня без нового слова». Ваш ребенок не только произносит все новые и новые слова, но и по-новому использует хорошо знакомые.



Речевое развитие идет у разных детей с разной скоростью. Одни дети стабильно прибавляют к своему словарному запасу по одному слову в день, другие время от времени выдают целые наборы новых слов, а третьи много не говорят почти до самого конца второго года, словно набирая побольше слов к речевому прорыву после второго дня рождения. Сколько слов говорит ребенок — это не так важно, как насколько хорошо он общается. Некоторые дети, даже в двухлетнем возрасте, находятся на этапе речевого развития, который можно охарактеризовать так: «говорит мало — понимает все — общается замечательно». Для выражения желания они по-прежнему преимущественно пользуются языком тела.

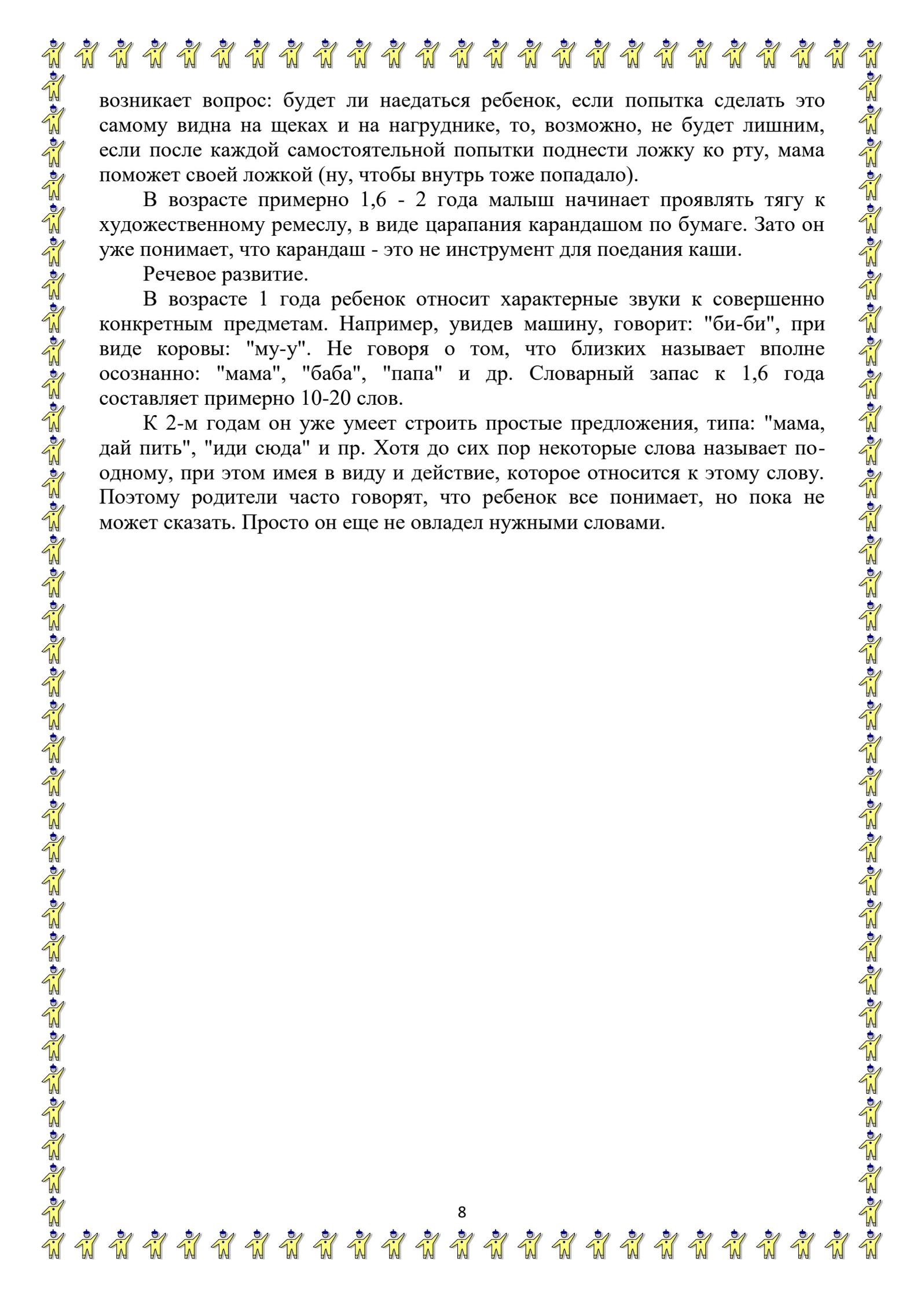
*Развитие малыша от 1 года до 2-х лет
(навыки, приобретенные к 2-м годам)*

Ребенок в возрасте от 1 года до 2-х лет - это маленький "моторчик" и великий исследователь, он тянется ко всему, что его окружает. Собственно сама тяга и стимулирует развивающий процесс. Вновь приобретенный навык хотьбы дает возможность залезть везде, куда только можно, и потрогать, (а заодно и попробовать) все, что под руку попало.

Оценка подвижности. Если в год ребенок только делает первые шаги, то примерно в 1,4 года уже появляется желание побежать, такой шустрый "мевежонок". А еще через полгода малыш уже демонстрирует умение взбираться по подъемной плоскости или по лестнице (правда, в последнем случае не без помощи родительской сильной руки). К двум годам он уже бежит так, что родителям приходится догонять.

В этот же период ребенок пытается добавлять во время ходьбы новые для него действия: например, катить игрушку-каталку, пинать на ходу мяч.

Начиная с года и 3-х месяцев, потихоньку вырабатывается навык осознанного держания предмета, скажем, обеденной ложки. Пусть зачастую мимо и не совсем аккуратно, зато сколько удовольствия от процесса. Родители должны позволять своему чаду экспериментировать. Конечно, после каждой такой попытки пообедать, придется стирать нагрудник, зато сколько практической пользы получает ребенок. Он и развлекается и учится одновременно, как же ему можно не позволять вырабатывать самостоятельность. Сначала кушать ложкой, потом держать кружку, пить из нее и ставить на место, что становится вполне осознанным процессом. А если



возникает вопрос: будет ли наедаться ребенок, если попытка сделать это самому видна на щеках и на нагруднике, то, возможно, не будет лишним, если после каждой самостоятельной попытки поднести ложку ко рту, мама поможет своей ложкой (ну, чтобы внутрь тоже попадало).

В возрасте примерно 1,6 - 2 года малыш начинает проявлять тягу к художественному ремеслу, в виде царапания карандашом по бумаге. Зато он уже понимает, что карандаш - это не инструмент для поедания каши.

Речевое развитие.

В возрасте 1 года ребенок относит характерные звуки к совершенно конкретным предметам. Например, увидев машину, говорит: "би-би", при виде коровы: "му-у". Не говоря о том, что близких называет вполне осознанно: "мама", "баба", "папа" и др. Словарный запас к 1,6 года составляет примерно 10-20 слов.

К 2-м годам он уже умеет строить простые предложения, типа: "мама, дай пить", "иди сюда" и пр. Хотя до сих пор некоторые слова называет по-одному, при этом имея в виду и действие, которое относится к этому слову. Поэтому родители часто говорят, что ребенок все понимает, но пока не может сказать. Просто он еще не овладел нужными словами.

Что должен знать и уметь ребёнок 2 – 3 лет.

Основы гигиенической культуры.

На картинках узнавать процессы умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения.

Переживать положительные чувства в связи с выполнением гигиенических действий.

С небольшой помощью взрослого мыть руки, соблюдая последовательность: закатать рукава, отрегулировать струю воды / с помощью взрослого/, самостоятельно намочить руки водой, намылить руки, смыть пену.



По напоминанию взрослого пользоваться носовым платком, класть его в карманчик.

Держать ложку в правой руке, по напоминанию пользоваться салфеткой. Дома иметь любимую тарелку, чашку, салфетку.

Вместе со взрослыми и по его показу убирать игрушки на место, вешать одежду, ставить обувь.

Расстёгивать большие пуговицы спереди, шнуровать ботинки, знать свои вещи.

Игровая деятельность.

Передавать в движении образы зверей, птиц.

Передавать простой сюжет – цепочку связанных по смыслу действий с игрушками.

Принимать игровую задачу: разбирать и собирать игрушки в правильной последовательности /пирамидки, башенки, матрёшки/.

Сравнивать два предмета, находить одинаковые, составлять пары.

Мир социальных отношений.

Проявлять интерес к взрослым, их действиям.

Показывать, называть основные части тела, лица человека, его действия.

Различать эмоциональные состояния, которые взрослый подчеркнуто, демонстрирует мимикой, жестами, интонацией голоса.

По побуждению и показу старших проявлять доброжелательность к близким.

Различать, узнавать, называть детей на картинках и в жизни. Показывать и называть их действия, узнавать и называть детей в группе по именам.

Знать членов своей семьи, узнавать себя в зеркале, на крупных фото.

Благодарить словом, улыбкой, жестом.

Развитие речи.

Умеет пользоваться речевыми формами общения: здороваться, благодарить, прощаться/

Называет имена близких людей.

Использует уменьшительно-ласкательные слова /с суффиксами –чик, -енок, -онок, -ище/. Активен в речевом общении, пользуется простыми предложениями свободно.

Возрастные психологические особенности детей 3-4 лет



В данной возрастной группе сохраняется произвольный характер основных психических процессов - внимания, памяти, мышления, а также эмоциональная лабильность и потребность в эмоциональном комфорте. Однако ведущим типом общения становится ситуативно-деловое. Это означает, что взрослый привлекает ребенка в первую очередь как партнер по интересной совместной деятельности. Сверстник пока мало пригоден для исполнения этой роли, поскольку еще не вполне владеет речью, с ним трудно согласовать намерения и построить план совместной деятельности.

Взаимодействие с трех- четырехлетними детьми данной возрастной группы осложнено тем, что они проходят через возрастной кризис трех лет — кризис становления воли, кризис «Я сам!». В этот период психологи рекомендуют постараться дать каждому ребенку возможность реализовать все его намерения, каждое «Я хочу» и «Я буду», если это не угрожает жизни и здоровью его самого или других детей группы. Все это значительно осложняет работу педагога, поскольку дети, как и прежде, нуждаются в индивидуальном внимании. Формы работы, поэтому снова ориентированы на возможность кратковременных, но индивидуальных контактов с воспитанниками.

Мышление детей старше 3 лет носит уже наглядно-образный характер. Это означает, что от манипулирования объектами ребенок способен перейти к манипулированию представлениями и образами. При этом сфера его познавательной деятельности сосредоточена на реальном, предметном, непосредственно окружающем его в данный момент мире. Он познает то, что видит перед собой сию минуту.

Важно помнить, что речь у ребенка находится в стадии становления, поэтому педагог еще не может полноценно использовать ее как средство проверки и выявления знаний. Речевой ответ не позволяет судить о действительном уровне сформированности того или иного представления малыша, поскольку неизвестно, кроется ли проблема в несформированности представления или же речи. Педагог может расширять собственный используемый словарный запас, но не должен требовать от трех- четырехлетних детей развернутых и полных ответов. Такое требование травмирует ребенка, его внимание переключается с выполнения мыслительных операций на речевое формулирование.

В качестве резюме отметим самые важные с точки зрения обучения и развития психологические особенности детей данного возраста:

- мышление ребенка носит наглядно-образный характер;
- внимание, память, мышление остаются произвольными;
- речь находится в стадии формирования.

Возрастные психологические особенности детей 4-5 лет

Непроизвольность психических процессов сохраняется у детей и на пятом году жизни. Однако важнейшими новообразованиями являются два: завершение в основном процесса формирования активной речи и выход сознания за пределы непосредственно воспринимаемой действительности.

Взрослый теперь представляет интерес в первую очередь как источник увлекательной и компетентной информации. Общение носит вне ситуативно-деловой характер.

Кризис 3 лет остался позади, дети стали более эмоционально устойчивыми, менее капризными. Они начинают проявлять интерес к своим сверстникам как к партнерам по игре. Мнение сверстника приобретает особую значимость.



Поэтому желательно организовывать формы взаимодействия детей, предполагающие сотрудничество, а не соревнование. Отрицательная оценка, если она неизбежна, может прозвучать только в ситуации индивидуального общения, когда ее никто, кроме самого ребенка, не слышит.

Мышление по-прежнему носит наглядно-образный характер.

Средний возраст совершенно особый по отношению как к предыдущему, так и к последующему. Эксперимент показал, что самым эффективным способом сделать информацию привлекательной для ребенка четырех-пяти лет является «одушевление». В этом возрасте, как ни в каком другом, дети с удовольствием слушают волшебные сказки.

В качестве резюме отметим самые важные с точки зрения обучения и развития психологические особенности детей данного возраста:

- мышление носит наглядно-образный характер;
- дети проявляют интерес к волшебным сказкам и легче воспринимают и запоминают информацию, если она касается кого-то живого.

Возрастные психологические особенности детей 5-6 лет

Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, хотя меняются ее формы и содержание.

В этом возрасте ваш ребенок:

- Продолжает активно познавать окружающий мир. Он не только задает много вопросов, но и сам формулирует ответы или создает версии. Его воображение задействовано почти 24 часа в сутки и помогает ему не только развиваться, но и адаптироваться к миру, который для него пока сложен и малообъясним.



- Желает показать себя миру. Он часто привлекает к себе внимание, поскольку ему нужен свидетель его самовыражения. Иногда для него негативное внимание важнее никакого, поэтому ребенок может провоцировать взрослого на привлечение внимания «плохими» поступками.

- С трудом может соизмерять собственные «хочу» с чужими потребностями и возможностями и поэтому все время проверяет прочность выставленных другими взрослыми границ, желая заполнить то, что хочет.

- Готов общаться со сверстниками, познавая через это общение правила взаимодействия с равными себе. Постепенно переходит от сюжетно-ролевых игр к играм по правилам, в которых складывается механизм управления своим поведением, проявляющийся затем и в других видах деятельности. В этом возрасте ребенку еще нужен внешний контроль — со стороны его товарищей по игре. Дети контролируют сначала друг друга, а потом — каждый самого себя.

- Стремится к большей самостоятельности. Он хочет и может многое делать сам, но ему еще трудно долго сосредоточиваться на том, что ему неинтересно.

- Очень хочет походить на значимых для него взрослых, поэтому любит играть во «взрослые дела» и другие социальные игры. Продолжительность игр может быть уже достаточно существенной.

- Может начать осознавать половые различия. По этому поводу может задавать много «неудобных» для родителей вопросов.

- Начинает задавать вопросы, связанные со смертью.* Могут усиливаться страхи, особенно ночные и проявляющиеся в период засыпания.

Математика

Ребенок в возрасте от 5 до 6 лет может уметь:

1. Ребенок может определять направление: вперед, назад, направо, налево, вверх, вниз.

2. Ребенок может считать предметы в пределах 10 на основе действий со множествами.



3. Ребенок может понимать и правильно отвечать на вопросы: Сколько? Который? Какой по счету?

4. Ребенок может различать и называть предметы круглой, квадратной, треугольной и прямоугольной формы.

5. Ребенок может знать такие геометрические фигуры как: квадрат, прямоугольник, круг, треугольник, трапеция, ромб.

6. Ребенок может уметь разделить круг, квадрат на две и четыре равные части.

7. Ребенок может знать прямой и обратный порядок числового ряда.

Логическое мышление

-Развитие Мышления, Памяти, Внимания

Ребенок в возрасте от 5 до 6 лет может уметь:

1. Ребенок может отвечать на такие вопросы «как...».

2. Ребенок может находить лишний предмет из 4-5 предложенных предметов.

3. Ребенок может уметь составлять рассказ по предложенным картинкам, уметь заканчивать рассказ (придумать конец).

4. Ребенок может разделять предложенные предметы на две группы и находить для каждой группы общий признак.

Развитие речи

Ребенок в возрасте от 5 до 6 лет может уметь:

1. Ребенок может называть свое имя, фамилию, сколько ему лет, называть город в котором живет, как зовут родителей, сколько им лет, где и кем они работают.

2. Ребенок может знать домашний адрес, номер домашнего телефона

3. Ребенок может знать, что такое интонация, может пользоваться ею для выражения своих эмоций.

4. Ребенок может отличать побудительное предложение от повествовательного, восклицательное от вопросительного, может уметь их использовать.

4. Ребенок может формулировать и задавать вопросы, строить рассуждения, спорить.

6. Ребенок может знать много наизусть выученных стихотворений, сложных и больших по объему произведений. Рассказывать он может с выражением.

Окружающий мир

Ребенок в возрасте от 5 до 7 лет может знать названия всех окружающих его предметов: мебель, посуда, одежда, бытовые и электроприборы, растений, животных, явлений природы, названия любимых мультфильмов, сказок, книжек, имена любимых героев.

Ребенок в возрасте от 5 до 7 лет может уметь:



1. Ребенок может звонить по телефону.
2. Ребенок может знать как вдеть нитку в иголку, как пришить пуговицу
3. Ребенок может уметь вести себя за столом.
4. Ребенок может самостоятельно чистить зубы, полоскать рот после приема пищи.
5. Ребенок может застегивать пуговицы, завязывать шнурки.
6. Ребенок может знать, что значит быть опрятным, может уметь следить за прической, за ногтями и состоянием одежды.
7. Ребенок может знать для чего нужен светофор, для чего нужен каждый цвет светофора, как и где можно переходить дорогу.
8. Ребенок может знать название текущего месяца, последовательность дней недели.

Вам как его родителям важно:



- С уважением относиться к его фантазиям и версиям, не заземляя его магического мышления. Различать «вранье», защитное фантазирование и просто игру воображения.

- Поддерживать в ребенке стремление к позитивному самовыражению, позволяя развиваться его талантам и способностям, но не акцентируя и не эксплуатируя их.

Постараться обеспечить ребенку возможности для самого разнообразного творчества.

- Быть внимательными к желаниям ребенка, но и уметь ставить границу там, где его желания вредны для него самого или нарушают границы окружающих его людей. Важно помнить, что не стоит ставить ту границу, которую вы не в состоянии отстоять и выдержать.

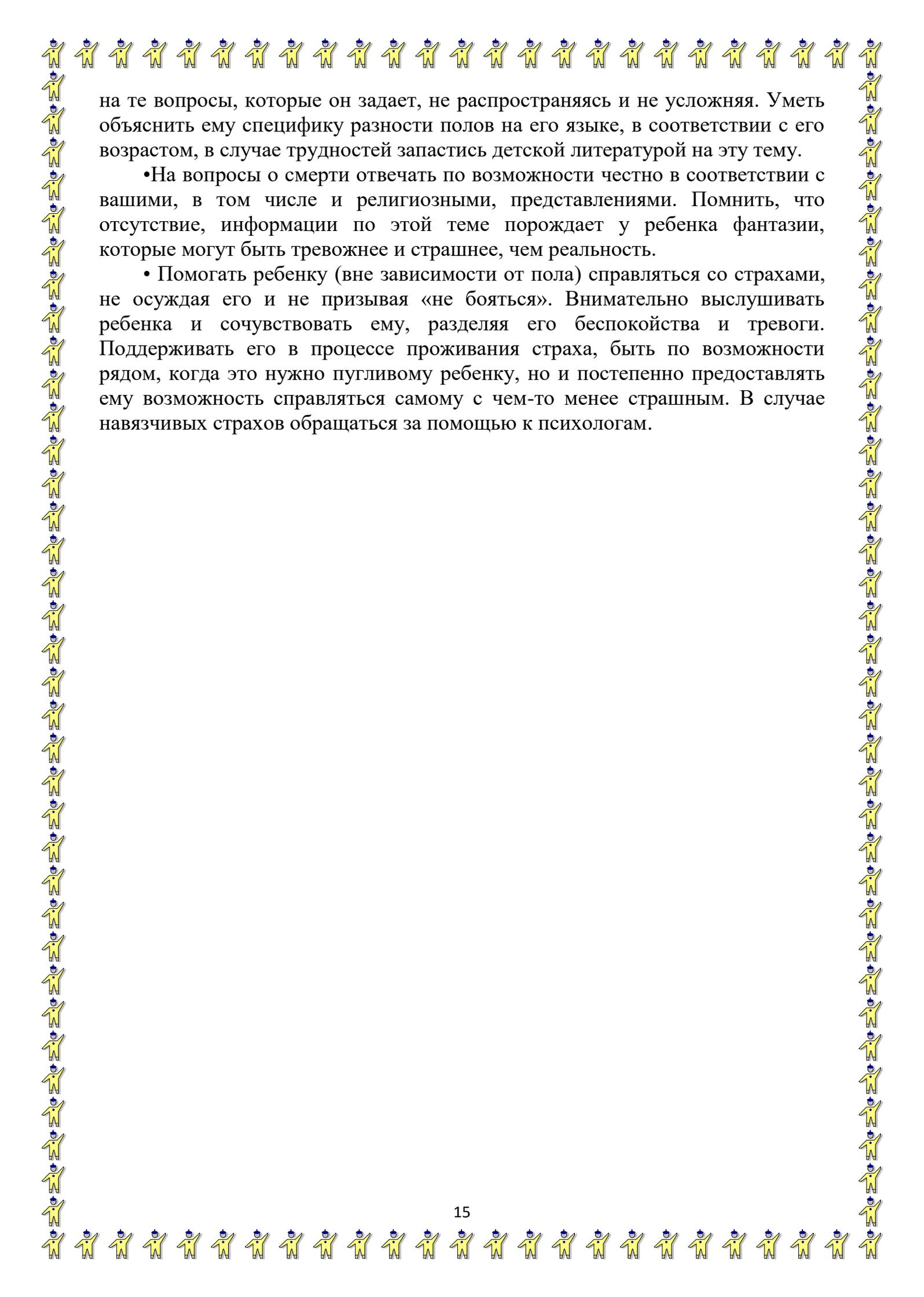
- Обеспечивать ребенку возможность общения со сверстниками, помогая своему малышу только в случае его эмоциональных затруднений, обсуждая сложившуюся трудную ситуацию и вместе рассматривая варианты выхода из нее.

- Обеспечивать общение с близкими, организовывая отдых всей семьей, вместе с ребенком обсуждая совместные планы.

- Постепенно снижать контроль и опеку, позволяя ребенку ставить перед собой самые разнообразные задачи и решать их. Важно радоваться самостоятельным успехам ребенка, и поддерживать его в случае проблем, совместно разбирая причины неудачи.

- Помнить, что в этом возрасте (да и всегда) ваш ребенок охотнее будет откликаться на просьбу о помощи, чем на можетствование и обязанность. Осознавать, что, обращаясь к нему как к помощнику, вы больше развиваете в нем «взрослую» позицию. Делая его подчиненным и обязанным выполнять ваши требования, вы развиваете его «инфантильно-детскую» составляющую.

- По возможности не пугаться и не уваливать от «неудобных», но очень важных для ребенка вопросов. Отвечать ясно и максимально просто только



на те вопросы, которые он задает, не распространяясь и не усложняя. Уметь объяснить ему специфику разности полов на его языке, в соответствии с его возрастом, в случае трудностей запастись детской литературой на эту тему.

- На вопросы о смерти отвечать по возможности честно в соответствии с вашими, в том числе и религиозными, представлениями. Помнить, что отсутствие информации по этой теме порождает у ребенка фантазии, которые могут быть тревожнее и страшнее, чем реальность.

- Помогать ребенку (вне зависимости от пола) справляться со страхами, не осуждая его и не призывая «не бояться». Внимательно выслушивать ребенка и сочувствовать ему, разделяя его беспокойства и тревоги. Поддерживать его в процессе проживания страха, быть по возможности рядом, когда это нужно пугливому ребенку, но и постепенно предоставлять ему возможность справляться самому с чем-то менее страшным. В случае навязчивых страхов обращаться за помощью к психологам.

Возрастные особенности развития детей 6 – 7 лет

В жизни ребенка, пожалуй, нет больше ни одного момента, когда бы так резко и кардинально менялась его жизнь, как при поступлении в школу.



Провожая малыша в первый класс, родители почему-то думают, что он автоматически переходит в другую возрастную категорию. В одной известной песенке поется «называли тебя дошколенком, а теперь первоклашкой зовут». Зовут-то, конечно, зовут, но потребуется не один день и даже не одна неделя, прежде чем ребенок поймет, что такое быть школьником. И от поведения родителей во многом зависит, к каким выводам он придет. Знание основных возрастных особенностей детей 6-7 лет позволит не только трезво оценить уровень готовности ребенка к школьному обучению, но и соотнести его реальные умения с его потенциальными возможностями.

Каковы же они – наши первоклассники?

Вот некоторые умения и особенности развития детей 6-7 летнего возраста.

Социальное развитие

- умеют общаться со сверстниками и взрослыми;
- знают основные правила общения;
- хорошо ориентируются не только в знакомой, но и в незнакомой обстановке;
- способны управлять своим поведением (знают границы дозволенного, но нередко экспериментируют, проверяя, нельзя ли расширить эти границы)
- стремятся быть хорошими, первыми, очень огорчаются при неудаче;
- тонко реагируют на изменение отношения, настроения взрослых.

Организация деятельности

- способны воспринимать инструкцию и по ней выполнять задание, но даже если поставлены цель и четкая задача действий, то они все еще нуждаются в организующей помощи;
- могут планировать свою деятельность, а не действовать хаотично, методом проб и ошибок, однако алгоритм сложного последовательного действия самостоятельно выработать еще не могут;
- способны сосредоточенно, без отвлечения работать по инструкции 10-15 минут, затем им требуется небольшой отдых или изменение вида деятельности;
- способны оценить в общем качество своей работы, при этом ориентированы на положительную оценку и нуждаются в ней;
- способны самостоятельно исправить ошибки и вносить коррекцию по ходу деятельности.

Речевое развитие

- способны правильно произносить все звуки родного языка и к простейшему звуковому анализу слов;

- обладают хорошим словарным запасом (3,5 – 7 тысяч слов);
- грамматически правильно строят предложения;
- умеют самостоятельно пересказать знакомую сказку или составить рассказ по картинкам и любят это делать;
- свободно общаются со взрослыми и сверстниками (отвечают на вопросы, задают вопросы, умеют выражать свою мысль);
- способны передавать интонацией различные чувства, речь богата интонационно;
- способны использовать все союзы и приставки, обобщающие слова, придаточные предложения.

Интеллектуальное развитие

- способны к систематизации, классификации и группировке процессов, явлений, предметов, к анализу простых причинно-следственных связей;
- проявляют самостоятельный интерес к животным, к природным объектам и явлениям, наблюдательны, задают много вопросов;
- с удовольствием воспринимают любую новую информацию;
- имеют элементарный запас сведений и знаний об окружающем мире, быте, жизни.



Развитие внимания

- способны к произвольному вниманию, однако устойчивость его еще не велика (10—15 минут) и зависит от условий и индивидуальных особенностей ребенка.

Развитие памяти и объема внимания

- количество одновременно воспринимаемых объектов не велико (1 – 2);
- преобладает произвольная память, продуктивность произвольной памяти резко повышается при активном восприятии;
- дети способны к произвольному запоминанию;
- умеют принять и самостоятельно поставить задачу и проконтролировать ее выполнение при запоминании как наглядного, так и словесного материала;
- значительно легче запоминают наглядные образы, чем словесные рассуждения;
- способны овладеть приемами логического запоминания;
- не способны быстро и четко переключать внимание с одного объекта, вида деятельности и т. п. на другой.

Развитие мышления

- наиболее характерно наглядно-образное и действенно-образное мышление;
- доступна логическая форма мышления.

Зрительно-пространственное восприятие

- способны различать расположение фигур, деталей в пространстве и на плоскости (над — под, на — за, перед — возле, сверху — внизу, справа — слева и т. п.);
- способны определять и различать простые геометрические фигуры (круг, овал, квадрат, ромб ит. п.);
- способны различать и выделять буквы и цифры, написанные разным шрифтом;
- способны мысленно находить часть от целой фигуры, достраивать фигуры по схеме, конструировать фигуры (конструкции) из деталей.

Зрительно-моторная координация

- способны срисовывать простые геометрические фигуры, пересекающиеся линии, буквы, цифры с соблюдением размеров, пропорций, соотношения штрихов. Однако, здесь еще много индивидуального то, что удается одному ребенку, может вызвать трудности у другого;

Слухо-моторная координация

- способны различать и воспроизводить несложный ритмический рисунок;
- способны выполнять под музыку ритмичные (танцевальные) движения.

Развитие движений

- дети уверенно владеют элементами техники всех бытовых движений;
- способны к самостоятельным, точным, ловким движениям, производимым под музыку в группе детей;
- способны освоить и правильно реализовать сложно координированные действия при ходьбе на лыжах, катании на коньках, велосипеде и т. п.;
- способны выполнять сложно координированные гимнастические упражнения;
- способны к координированным движениям пальцев, кисти руки при выполнении бытовых действий, при работе с конструктором, мозаикой, при вязании и т. п.;
- способны к выполнению простых графических движений (вертикальных, горизонтальных линий, овалов, кругов и т. п.);
- способны овладеть игрой на различных музыкальных инструментах.

Личностное развитие, самосознание, самооценка

- способны осознавать свое положение в системе отношений со взрослыми и сверстниками;
- стремятся соответствовать требованиям взрослых, стремятся к достижениям в тех видах деятельности, которые они выполняют;
- самооценка в разных видах деятельности может существенно отличаться;
- не способны к адекватной самооценке. Она в значительной степени зависит от оценки взрослых (педагога, воспитателей, родителей).

Мотивы поведения

- интерес к новым видам деятельности;
- интерес к миру взрослых, стремление быть похожим на них;
- проявляют познавательные интересы;
- устанавливают и сохраняют положительные взаимоотношения со взрослыми и сверстниками.



Произвольность

- способны к волевой регуляции поведения (на основе внутренних побуждений и установленных правил);
- способны проявить настойчивость, преодолевать трудности.

Адаптация детей к детскому саду.



Адаптация – это процесс приспособления организма к новым условиям.

Чтобы ребёнок как можно быстрее привык к детскому саду,

необходимо приблизить режим дня в домашних условиях к режиму детского сада.

Если ребенок засыпает только с помощью взрослого, попытайтесь изменить эту привычку.

Приучайте детей есть разнообразные блюда, ежедневно употреблять супы и каши. Желательно научить малыша к моменту поступления в детский сад самостоятельно есть, раздеваться и одеваться, мыть руки и т.д. Ребенок будет чувствовать себя более уверенным.

Отправлять ребенка в детский сад необходимо только при условии, что он здоров. Готовьте малыша к общению с другими детьми, посещайте детские площадки, парки, ходите в гости. Учите общаться с окружающими (как спросить что-либо, познакомиться, попросить и т.д.)

Готовьте ребенка к временной разлуке с родными, внушайте, что в детском саду весело, интересно. Желательно заранее познакомиться с детьми группы и воспитателями. Не отдавайте ребенка в детский сад в период «кризиса трех лет».

«Правила поведения взрослых в период адаптации». В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Старайтесь не нервничать, не показывать свою тревогу. В выходные дни резко не меняйте режим дня ребенка. Постоянно обращайте внимание на отклонения в поведении и здоровье малыша. Не отучайте от вредных привычек в период адаптации. Создайте спокойную, бесконфликтную обстановку в семье. Одевайте ребенка в сад опрятно, в соответствии с температурой воздуха в группе. Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами. Будьте терпимее к капризам. Не наказывайте, «не пугайте» детским садом, забирайте вовремя. Когда ребенок привыкнет к новым условиям, не принимайте его слез при расставании всерьез – это может быть вызвано просто плохим настроением

- Повысить роль закаливающих мероприятий.

Как лучше прощаться.

Попробуем найти рецепт хорошего и полезного для ребенка прощания. Для этого вспомним, что мы знаем о желаниях малыша, и решим, чего хочет взрослый. Итак, ребенок хочет: - знать, куда уходит мама; - знать, когда она придет; - быть уверенным, что с ним ничего не случится; - быть уверенным, что с ней ничего не случится; - быть уверенным, что она получает удовольствие от того, что делает, и ей там не хуже (хотя и не лучше), чем здесь. В то же время взрослый хочет: - обеспечить безопасность ребенка; - не

опоздать туда, куда идет; - оставить ребенка в достаточно хорошем настроении; - вернувшись, увидеть радость встречи в глазах своего малыша. Постараемся совместить эти пожелания в одной стратегии. - Чтобы не опаздывать и иметь возможность попрощаться с ребенком, соберитесь на 5-10 минут раньше (больше не надо, чтобы не превращать прощание в самостоятельное событие дня).

- Скажите честно ребенку, куда и зачем вы идете (только очень просто, например: "Я иду в парикмахерскую стричь волосы", или "Я иду на работу печатать на компьютере", или "Я иду к тете Лене пить чай"). Не бойтесь, что ребенок не поймет слов: спокойная, открытая интонация подскажет ему, что - то место, куда идет мама, достаточно хорошее, и дело, которое она будет делать, - полезное и приятное. - Скажите точно малышу, когда вы вернетесь. ("Я приду, когда ты покушаешь, погуляешь, поспишь". Ребенку понятнее конкретные описания событий, по которым он и определит время. - Не сулите ребенку "призов" за то, что он вас отпускает, но если он попросит ему что-то принести, не отказывайте. Если же выполнить его просьбу невозможно, сразу скажите ему об этом: "Ну, нет, живого цыпленка я не смогу тебе принести..." Даже если ребенок ни о чем не просит, приносите ему время от времени какую-нибудь маленькую приятную вещицу (печенье, конфетку, яблоко, тетрадку), чтобы он чувствовал, что где-то далеко от него вы о нем помните и готовитесь к встрече.



Выделяют 3 формы адаптации по степени сложности:

1) *Лёгкая адаптация:* временное нарушение сна (нормализуется в течение 7-10 дней); -аппетита (норма по истечении 10 дней); -неадекватные эмоциональные реакции (капризы, замкнутость, агрессия, угнетенное состояние и т.д.), изменения в речевой, ориентировочной и игровой активности приходит в норму за дней; -характер взаимоотношений со взрослыми и двигательная активность практически не изменяются; - функциональные нарушения практически не выражены, нормализуются за 2-4 недели, заболеваний не возникает. Основные симптомы исчезают в течение месяца (2-3 недели нормативно). Различают степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

2) *Средняя адаптация:* все нарушения выражены более и длительно: сон, аппетит восстанавливаются в течение 20 дней, речевая активность (30-40 дней), эмоциональное состояние (30 дней). Взаимодействие с взрослыми и сверстниками не нарушается. Функциональные изменения отчетливо выражены, фиксируются заболевания (например, острая респираторная инфекция). 3. Тяжелая адаптация (от 2 до 6 месяцев) сопровождается грубым нарушением всех проявлений и реакций ребенка. Данный тип адаптации характеризуется снижением аппетита (иногда возникает рвота при кормлении), резким нарушением сна, ребенок нередко избегает контактов со

сверстниками, пытается уединиться, отмечается проявление агрессии, подавленное состояние в течение долгого времени (ребенок плачет, пассивен, иногда происходит волнообразная смена настроения). Обычно видимые изменения происходят в речевой и двигательной активности, возможна временная задержка в психическом развитии.

При тяжелой адаптации, как правило, дети заболевают в течение первых 10 дней и продолжают повторно болеть в течение всего времени привыкания к коллективу сверстников.

3) *Тяжелая адаптация:* около полугода и более. Встает вопрос, – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «не садовый» ребенок. Однако, как бы ни готовили ребенка к ДОО, все равно он, особенно в первые дни, находится в состоянии стресса. Влияет на адаптацию тип темперамента ребенка. Замечено, что быстро привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они



медлительны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их часто подгоняют, причем не только в садике, но и дома тоже, не давая возможность побыть с собой.

Практика показывает, что основными причинами тяжелой адаптации к условиям ДОО являются: -отсутствие в семье режима, совпадающего с режимом дошкольного учреждения, -наличие у ребенка своеобразных привычек, -неумение занять себя игрушкой, -отсутствие элементарных культурно-гигиенических навыков, -отсутствие навыка общения с незнакомыми людьми.

Как вести себя родителям с ребенком, когда он начал посещать детский сад?

- Обязательно соблюдайте график адаптации, т.е. режим кратковременного пребывания ребенка в детском саду, начиная с 2-х часов. С графиком вас познакомит медицинский работник или воспитатель. Дайте ребенку возможность постепенно привыкнуть к новым условиям, к новым людям, к новым правилам, к отсутствию мамы.

- Можете дать ребенку с собой игрушку или книжку, словом «кусочек» дома.

- Ежедневно общайтесь с воспитателем, но не с целью выспросить, кто толкнул, а кто отобрал игрушку, а с целью выяснить, как вам скорректировать свои взаимоотношения с ребенком дома, чтобы он легче и быстрее привыкал к новым условиям жизни. Пусть воспитатель станет вашим помощником в воспитании ребенка.

- Настраивайте ребенка на мажорный лад. Внушайте ему, что это очень здорово, что он дорос до сада и стал таким большим.

- Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

• Щадите его ослабленную нервную систему. На время можно прекратить походы в цирк, в театр, в гости; сократите просмотр телевизионных передач.

• Как можно раньше сообщите врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

• Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

• Постарайтесь не реагировать на выходки ребенка и не наказывать его за детские капризы.

• При выявленном изменении в обычном поведении ребенка как можно раньше обратитесь к детскому врачу или психологу.

• При выраженных невротических реакциях оставьте малыша на несколько дней дома.

Поддерживайте ребенка в период адаптации, меньше обращайтесь внимания на его капризы, дарите ему свое тепло и любовь. Постарайтесь не менять ничего в жизни ребенка в этот период (не отучайте от соски, груди – это лучше сделать заранее, не езьте надолго в гости, не приглашайте к себе незнакомых малышу людей и т.п.).



20 способов утихомирить разбушевавшегося ребенка



Если ребенок носится по квартире без остановки, кричит не своим голосом, катается по полу, совершает хаотичные движения руками и ногами и совершенно не слышит, что вы ему говорите – поймайте его, обнимите и тихим голосом предложите поиграть.

1. Малыша попросите вспомнить, как кричит корова, лягушка, собака. Или показать свою руку, нос, коленку. Ребенку постарше предложите сосчитать от 1 до 20, а потом от 20 до 1.

2. Замри-отомри. Вариаций этой игры множество. Например, по команде “День” ребенок прыгает, играет. А по команде “Ночь” притворяется спящим. Или пусть малыш представит, что он мышка и бегаёт-играет, пока вы не скажете “Кошка идет!”. Вместо словесной команды, можно давать звуковую – хлопать в ладоши или звонить в колокольчик. С детьми постарше поиграйте в “Море волнуется”.

3. Шторм-штиль. Вариация предыдущей игры. Не требует полного замирания, но “штиль” – это тихие, плавные движения, шепот. Что такое шторм, думаю, не надо объяснять.

4. Договоритесь с малышом, что как только вы нажмете ему на нос, он сразу “выключится”. Можно расширить эту идею, нарисовав пульт управления (или используйте ненужный пульт от телевизора). Нажимайте кнопку на пульте и говорите: “уменьшаю громкость (выключаю звук, включаю замедление)”. Пусть ребенок выполняет команды.

5. Предложите ребенку представить, что он тигр на охоте. Он должен долго неподвижно сидеть в засаде, а потом прыгать и кого-то ловить. Или вместе с ребенком ловите воображаемых бабочек, к которым нужно медленно и очень тихо подкрадываться. Под каким-нибудь игровым предлогом, спрячьтесь вместе под одеялом и сидите там тихо-тихо.

6. Предложите ребенку представить себя китом. Пусть он сделает глубокий вздох и ныряет на глубину. Киты можно давать поручения плавать к разным материкам или искать что-то на дне.

7. Попросите ребенка закрыть глаза (если он согласится, завяжите глаза платком) и сидеть неподвижно, ожидая определенного сигнала. Например, когда третий раз прозвонит колокольчик. Или попросите ребенка что-то сделать с закрытыми глазами (сложить пирамидку, поставить машинку на подоконник, собрать с пола кубики).

8. Попросите ребенка выполнить сложное движение, требующее сосредоточенности (провести пальцем по нарисованному лабиринту, провезти машину за веревочку между кеглями). За выполнение обещайте приз.

9. Попробуйте упражнение на чередования напряжения и расслабления. Например, можно двигать заведомо неподъемный диван, а потом падать и отдыхать. Или предложите малышу представить, что его и ваши ладошки – это снежинки. Пусть снежинки плавно падают на землю. А потом возьмите

воображаемый снег с земли и с силой сжимайте руки в кулаки (лепите снежки).

10. Предложите игру. Вы говорите слово, а ребенок старается произнести это слово громче, чем вы. А потом, наоборот, попросите малыша говорить тише, чем вы.



11. Возьмите простыню или тонкое покрывало и плотно запеленайте “малыша”. Возраст ребенка значения не имеет, но важно, чтобы ему эта игра нравилась. Можете взять его на руки, покачать, спеть песенку.

12. Возьмите салфетку (или листок дерева) и подбросьте вверх. Скажите ребенку, что пока салфетка падает, нужно как можно громче смеяться. Но как только упадет, следует сразу замолчать. Играйте вместе с ребенком.

13. Лучше еще крохой приучить ребенка, что когда вы расставите руки, он побежит к вам в объятия (знаю, многие родители так делают). Если это объятие будет приятным, к 3-5 годам привычка останется. Поэтому расставьте руки и когда ребенок к вам прибежит крепко-крепко его обнимите и задержите объятия на несколько секунд.

14. Предложите малышу бегать и прыгать, но при этом постоянно выполнять какое-то простое движение. Например, держать соединенными указательные пальцы или вращать кистью руки.

15. Сшейте мешочек величиной с ладонь и насыпьте в него 3-4 ложки песка или крупы. Предложите ребенку бегать, прыгать и безобразничать, удерживая этот мешочек на голове. Обещайте ему что-то приятное (угостить чем-то, поиграть или почитать), если мешочек не упадет, пока не прозвенит таймер (в зависимости от возраста, временной промежуток 1-5 минут).

16. Предложите игру “Капитан и корабль”. Капитан должен отдавать команды (“Направо”, “Налево”, “Прямо”), а корабль четко им следовать. Для ребенка постарше можно выбрать цель (например, доплыть в прихожую) и расставить в комнате препятствия (кегли, мягкие игрушки). Ребенок может выбрать любую из ролей.

17. Загородите дорогу или схватите носящегося по квартире ребенка. Чтобы пройти (освободиться) он должен ответить на вопрос, требующий сосредоточения (Например, назвать морское животное, сосчитать количество окон в квартире или придумать пять слов на букву “А”)

18. Попросите ребенка сесть на корточки и представить, что он мячик. Легонько хлопайте его по макушке и пусть малыш подпрыгивает. Ускоряйте и замедляйте хлопки, следя, чтобы малыш прыгал согласно задаваемому темпу.

Кроме достижения мгновенного эффекта, эти игры также помогут малышу учиться себя контролировать. Не забывайте, что и родителям важно быть терпеливыми и не терять самообладания, поскольку ребенок берет с вас пример и чувствует и отражает ваше собственное состояние.

Ребенок кусается! Что делать?



Многие дети в возрасте 2-3 лет проходят «кусачий» период, когда они либо сами кусают других детей в садике, либо становятся жертвами другого «кусаки». Почему дети кусаются, и как должны родители и воспитатели обноситься к этому, прямо скажем, больному вопросу?

Любой ребенок в возрасте 2-3 лет, посещающий детский сад, хоть раз вернулся домой со следами чьих-нибудь зубов на теле. Маленькие дети кусаются, это факт. Иногда следы зубов видны только во время переодевания, они не бросаются в глаза и родители порой их не замечают. Иногда они выглядят, как зловещие часы на детской ручонке или спине.

Если ребенок уже говорит и может назвать имя обидчика, на этом «следствие» завершается. Вы идете в садик и грозно требуете примерно наказать обидчика. Несмотря на то, что речь идет об очень распространенном явлении, вопрос о том, как должны реагировать родители в таком случае, остается открытым.

Нормально развивающиеся дети почти всегда кусаются на каком-либо этапе своего развития. Впервые это может проявиться в полгода, пик же приходится на возраст 2-3 лет. В этом возрасте, который не зря считается «бунтовским», ребенок старается выделить себя среди прочих людей, проявить свою индивидуальность.

В этих целях ребенок порой проявляет агрессию, в том числе и укусы. Когда родители бурно реагируют, ребенка это только радует, ибо в эти минуты он чувствует себя индивидуумом, способным вызвать сильные эмоции.

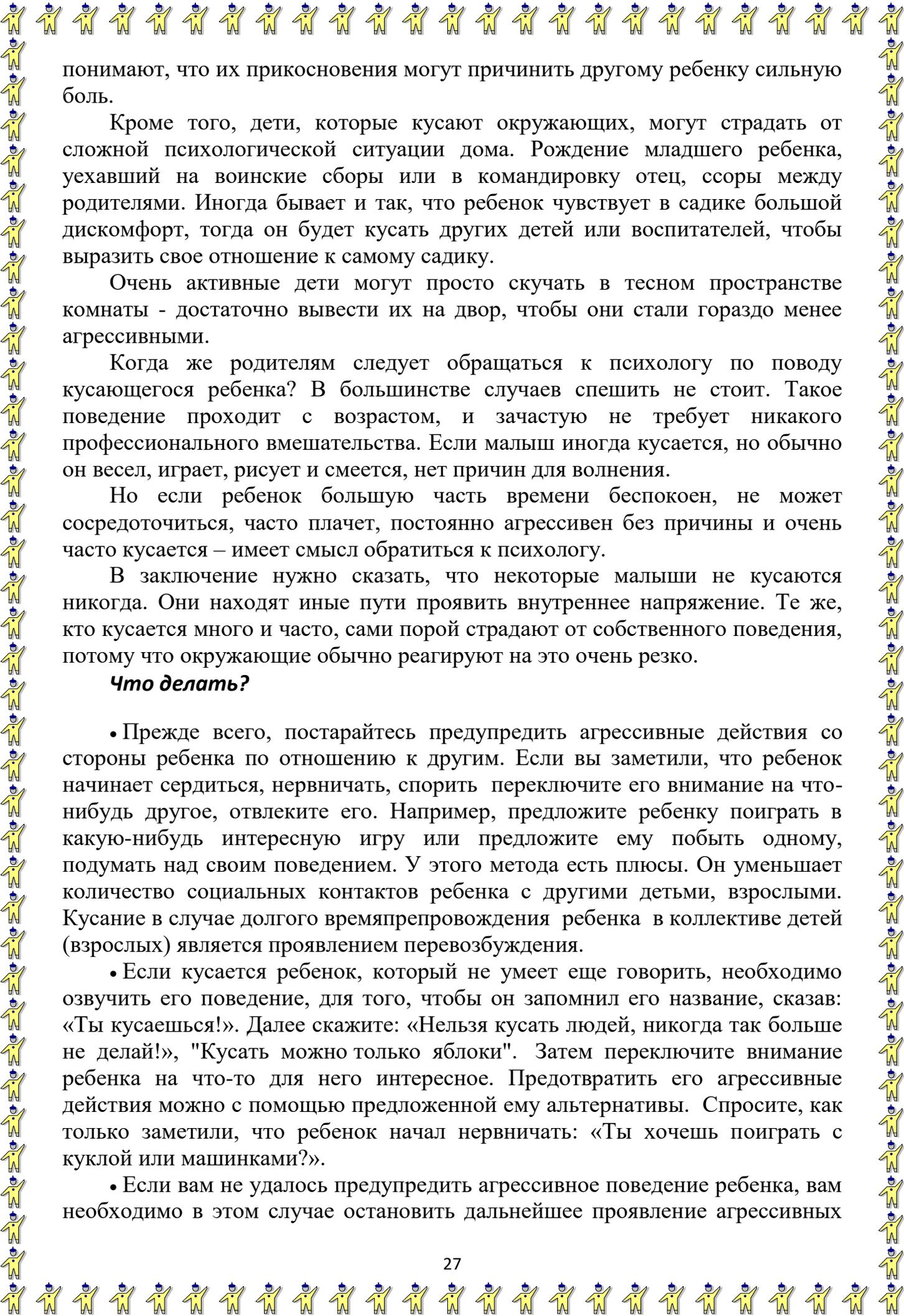
Причины поведения

Тому, что дети «пробуют на зуб» не только игрушки, но и других людей, существует несколько причин. Первая - желание приблизиться к окружающим и вступить с ними контакт. В раннем возрасте рот является одним из главных органов, помогающих ребенку в исследовании мира.

Вторая причина связана с сильными отрицательными эмоциями — ребенок кусает, когда он очень зол и раздражен. В детских садах нередко встречаются маленькие дети, которые не в состоянии совладать с вспышками гнева, например, если у них отбирают игрушку. Малыш еще не умеет выразить отрицательные эмоции словами.

Ребенок понимает, что его обидели, что произошел акт агрессии. Ответить не может, и часто выражает свои эмоции, кусая обидчика.

Третьим фактором может стать низкая сензитивность, то есть чувствительность к прикосновению. Дети с низкой сензитивностью отличаются низкой восприимчивостью к болевым воздействиям и не совсем



понимают, что их прикосновения могут причинить другому ребенку сильную боль.

Кроме того, дети, которые кусают окружающих, могут страдать от сложной психологической ситуации дома. Рождение младшего ребенка, уехавший на воинские сборы или в командировку отец, ссоры между родителями. Иногда бывает и так, что ребенок чувствует в садике большой дискомфорт, тогда он будет кусать других детей или воспитателей, чтобы выразить свое отношение к самому садiku.

Очень активные дети могут просто скучать в тесном пространстве комнаты - достаточно вывести их на двор, чтобы они стали гораздо менее агрессивными.

Когда же родителям следует обращаться к психологу по поводу кусающегося ребенка? В большинстве случаев спешить не стоит. Такое поведение проходит с возрастом, и зачастую не требует никакого профессионального вмешательства. Если малыш иногда кусается, но обычно он весел, играет, рисует и смеется, нет причин для волнения.

Но если ребенок большую часть времени беспокоен, не может сосредоточиться, часто плачет, постоянно агрессивен без причины и очень часто кусается – имеет смысл обратиться к психологу.

В заключение нужно сказать, что некоторые малыши не кусаются никогда. Они находят иные пути проявить внутреннее напряжение. Те же, кто кусается много и часто, сами порой страдают от собственного поведения, потому что окружающие обычно реагируют на это очень резко.

Что делать?

- Прежде всего, постарайтесь предупредить агрессивные действия со стороны ребенка по отношению к другим. Если вы заметили, что ребенок начинает сердиться, нервничать, спорить переключите его внимание на что-нибудь другое, отвлеките его. Например, предложите ребенку поиграть в какую-нибудь интересную игру или предложите ему побыть одному, подумать над своим поведением. У этого метода есть плюсы. Он уменьшает количество социальных контактов ребенка с другими детьми, взрослыми. Кусание в случае долгого времяпрепровождения ребенка в коллективе детей (взрослых) является проявлением перевозбуждения.

- Если кусается ребенок, который не умеет еще говорить, необходимо озвучить его поведение, для того, чтобы он запомнил его название, сказав: «Ты кусаешься!». Далее скажите: «Нельзя кусать людей, никогда так больше не делай!», "Кусать можно только яблоки". Затем переключите внимание ребенка на что-то для него интересное. Предотвратить его агрессивные действия можно с помощью предложенной ему альтернативы. Спросите, как только заметили, что ребенок начал нервничать: «Ты хочешь поиграть с куклой или машинками?».

- Если вам не удалось предупредить агрессивное поведение ребенка, вам необходимо в этом случае остановить дальнейшее проявление агрессивных



действий со стороны ребенка. Для этого осторожно, без резких движений обнимите его.

- Далее, смотря в глаза ребенку, расскажите ему о его чувствах, например: «Ты не хочешь отдавать Маше свою игрушку. Я тебя понимаю и т.д.». Старайтесь, чтобы ваша фраза звучала утвердительно, была эмоционально схожа с состоянием ребенка. Важно показать ребенку, что вы его понимаете, что цель таких агрессивных действий ребенка – показать свое чувство обиды. И что при достижении цели дальнейшее проявление агрессивных действий бессмысленно.

- Если ребенок укусил или ударил вас – скажите ему безразличным тоном: «Мне больно. Я очень сержусь, когда меня кусают».

- Утешьте пострадавшего, проявите к нему сочувствие на глазах укусившего его ребенка. Таким образом, ребенку подается пример того, как нужно выражать сочувствие. Дайте возможность ребенку загладить свою вину, предложите ему наложить пластырь на место укуса, извиниться, нарисовать рисунок и подарить пострадавшему.

- Если ребенок укусил вас, или укусил другого ребенка, то ни в коем случае нельзя кричать или бить его. В момент, когда дети кого-то кусают, их переполняет чувство злости. Он не способен осознавать то, что он делает. Приказывая ребенку, при этом не дав ему успокоиться, вы спровоцируете у него еще большую вспышку ярости. Помните, остановленные агрессивные действия ребенка, могут привести к тому, что не выплеснувшиеся негативные эмоции останутся в ребенке и рано ли поздно проявят себя, найдут выход.

- Если вас укусил ребенок - не кусайте его в ответ, иначе у него закрепится понимание того, что именно так и следует защищаться, отстаивать свое мнение.

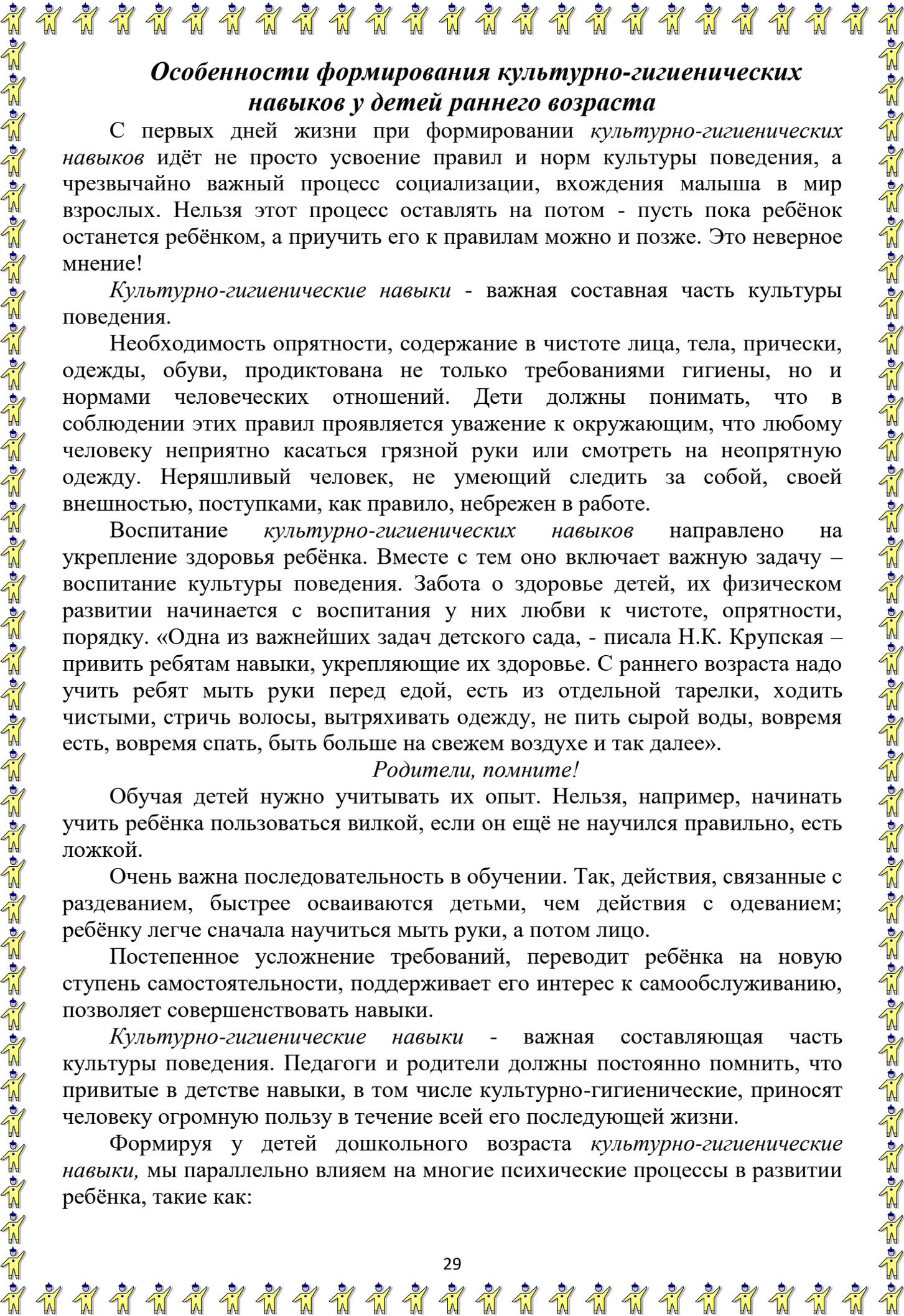
- Любите своего ребенка не только, когда он послушен и ласков, но и когда он находится в состоянии гнева.

- Не идите на поводу своих эмоций. Проявляйте ум и чуткость.

- Если вы заметили, что ребенок начал кусаться и щипаться - в этом случае важен контроль со стороны родителей. Внешняя твердость взрослых тренирует у ребенка чувство различия (можно - нельзя, хорошо - плохо). На основе этих ограничений, социального неодобрения формируется чувство стыда и сомнения.

- На развитие личности ребенка, формирование у него положительных качеств влияет правильно избранный родителями стиль семейного воспитания, общения с ребенком.

- Чтобы ребёнок перестал кусаться ему потребуется ваша помощь. Для принятия правильного решения, что делать, если ребенок кусается, необходимо, прежде всего, выявить причину. Выявив причину и определив, почему ребенок кусается, нужно немедленно приступить к принятию мер по ее устранению кусания, для того, чтобы подобное агрессивное поведение не закрепилось и не вошло в привычку у ребенка.



Особенности формирования культурно-гигиенических навыков у детей раннего возраста

С первых дней жизни при формировании культурно-гигиенических навыков идёт не просто усвоение правил и норм культуры поведения, а чрезвычайно важный процесс социализации, вхождения малыша в мир взрослых. Нельзя этот процесс оставлять на потом - пусть пока ребёнок останется ребёнком, а приучить его к правилам можно и позже. Это неверное мнение!

Культурно-гигиенические навыки - важная составная часть культуры поведения.

Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен в работе.

Воспитание культурно-гигиенических навыков направлено на укрепление здоровья ребёнка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. «Одна из важнейших задач детского сада, - писала Н.К. Крупская – привить ребятам навыки, укрепляющие их здоровье. С раннего возраста надо учить ребят мыть руки перед едой, есть из отдельной тарелки, ходить чистыми, стричь волосы, вытряхивать одежду, не пить сырой воды, вовремя есть, вовремя спать, быть больше на свежем воздухе и так далее».

Родители, помните!

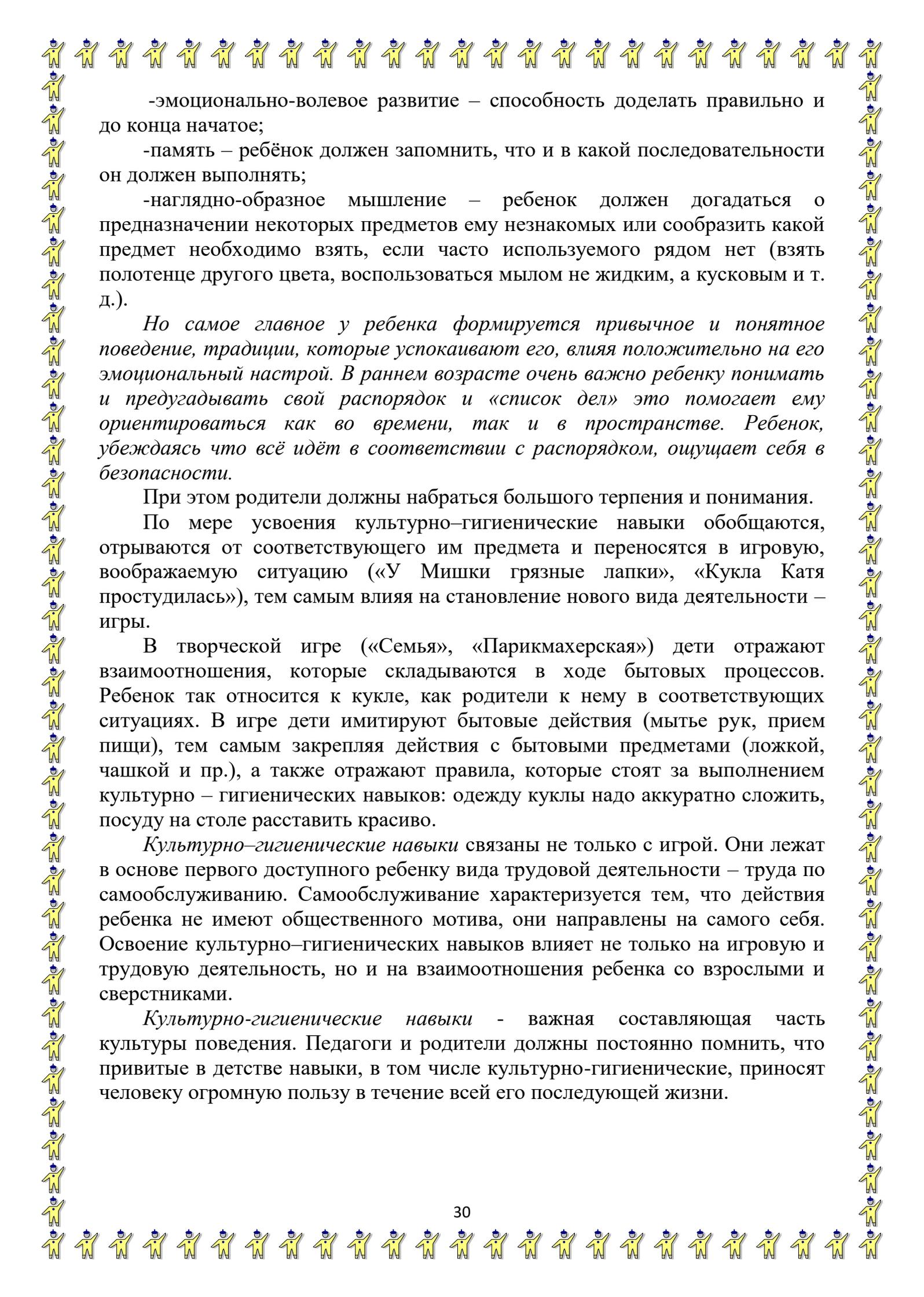
Обучая детей нужно учитывать их опыт. Нельзя, например, начинать учить ребёнка пользоваться вилкой, если он ещё не научился правильно, есть ложкой.

Очень важна последовательность в обучении. Так, действия, связанные с раздеванием, быстрее осваиваются детьми, чем действия с одеванием; ребёнку легче сначала научиться мыть руки, а потом лицо.

Постепенное усложнение требований, переводит ребёнка на новую ступень самостоятельности, поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать навыки.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Формируя у детей дошкольного возраста культурно-гигиенические навыки, мы параллельно влияем на многие психические процессы в развитии ребёнка, такие как:



-эмоционально-волевое развитие – способность доделать правильно и до конца начатое;

-память – ребёнок должен запомнить, что и в какой последовательности он должен выполнять;

-наглядно-образное мышление – ребенок должен догадаться о предназначении некоторых предметов ему незнакомых или сообразить какой предмет необходимо взять, если часто используемого рядом нет (взять полотенце другого цвета, воспользоваться мылом не жидким, а кусковым и т. д.).

Но самое главное у ребенка формируется привычное и понятное поведение, традиции, которые успокаивают его, влияя положительно на его эмоциональный настрой. В раннем возрасте очень важно ребенку понимать и предугадывать свой распорядок и «список дел» это помогает ему ориентироваться как во времени, так и в пространстве. Ребенок, убеждаясь что всё идёт в соответствии с распорядком, ощущает себя в безопасности.

При этом родители должны набраться большого терпения и понимания.

По мере усвоения культурно–гигиенические навыки обобщаются, отрываются от соответствующего им предмета и переносятся в игровую, воображаемую ситуацию («У Мишки грязные лапки», «Кукла Катя простудилась»), тем самым влияя на становление нового вида деятельности – игры.

В творческой игре («Семья», «Парикмахерская») дети отражают взаимоотношения, которые складываются в ходе бытовых процессов. Ребенок так относится к кукле, как родители к нему в соответствующих ситуациях. В игре дети имитируют бытовые действия (мытьё рук, прием пищи), тем самым закрепляя действия с бытовыми предметами (ложкой, чашкой и пр.), а также отражают правила, которые стоят за выполнением культурно – гигиенических навыков: одежду куклы надо аккуратно сложить, посуду на столе расставить красиво.

Культурно–гигиенические навыки связаны не только с игрой. Они лежат в основе первого доступного ребенку вида трудовой деятельности – труда по самообслуживанию. Самообслуживание характеризуется тем, что действия ребенка не имеют общественного мотива, они направлены на самого себя. Освоение культурно–гигиенических навыков влияет не только на игровую и трудовую деятельность, но и на взаимоотношения ребенка со взрослыми и сверстниками.

Культурно-гигиенические навыки - важная составляющая часть культуры поведения. Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Как прекратить истерику у ребенка?



Основной возраст проявления истерики у детей находится в промежутке между 1,5 и 4 годами. Некоторым мамам приходится наблюдать часами нервные капризы своих детей, а есть такие дети, которые достаточно быстро успокаиваются. Такие истерические всплески детей сопровождаются визгами, криками, бросанием различных предметов и

другими действиями.

Причин такого поведения детей может быть много, но в основном, истерика у ребенка - это протест на отказ родителей выполнить требования малыша или нежелание ребенка делать то, что предлагает взрослый (мама, папа, бабушка или дедушка). Капризы ребенка могут быть вызваны и каким-либо заболеванием, поэтому в таких случаях родителям нужно быть очень осторожными. А теперь попробуем разобраться, какие есть способы

Чтобы *прекратить истерику у ребенка* родители могут попробовать предпринять такие шаги:

Отвлекающий маневр

Одно дело, когда малыш немного покапризничал и успокоился. А вот, как прекратить истерику у ребенка, если такое действие затянулось на долгое время. В таких случаях надо прибегать к мудрым маневрам. Попробуйте отвлечь ребенка, предложив пойти на улицу вместе с вами, при этом пообещав, что вы возьмете какую-то музыкальную игрушку: дудочку, барабан и др. Музыкальные звуки хорошо успокаивают психику детей. Хорошо будет, если вместе с ребенком вы займетесь рисованием или другим творчеством.

От того, каким тоном вы обратитесь к малышу с просьбой прекратить истерику, зависит его реакция. Запомните, спокойный, уравновешенный голос звучит убедительнее и вызывает положительную реакцию у ребенка, чем громкое и грозное требование, например: «Замолчи!» и др.

Не обращаем внимания

Очень действенным методом прекращения истерического поведения ребенка является то, что вы просто не будете обращать никакого внимания на эти эмоции в течение 5 - 10 минут. Вам надо набраться терпения и не общаться с ребенком в это время. Эффект от таких действий принесет результат, учитывая то, что игра на публику со стороны малыша закончена. А детям доставляет удовольствие во время истерик наблюдение за «зрителями», поэтому они могут манипулировать Вами. Конечно, после успокоения, маме лучше сразу попробовать поговорить с малышом. Ведь спокойный разговор с обсуждением поведения ребенка и объяснением, что так вести себя нельзя и почему, принесет положительный результат.

Строгие методы.

Если истерика у ребенка затягивается, и все ваши уговоры не помогают, попробуйте отвести его в комнату и оставить наедине с собой. В таком случае вы обязаны проверить, что малыш находится в полной безопасности и не сможет нанести себе вред.

Есть еще один, может быть не слишком удачный, но действенный способ для прекращения истерики у ребенка. Просто повторите его поведение. Ребенок посмотрит со стороны на себя, и, возможно, успокоится. Для этого вам нужно будет повторить его крик, плач и так далее.

Проявите фантазию

По своему опыту могу предложить такой метод. Включите музыку, если вы находитесь дома, начните танцевать, петь, делать то, что вы раньше не делали. Подключите свое творческое мышление и помогите малышу перефокусировать внимание с истерики на интересное занятие.

Возможно, нужен врач?

Бывают случаи, когда дети в истерике краснеют, задыхаются и ведут себя вообще неадекватно. Здесь надо проследить за ребенком. При частых повторениях такого поведения лучше обратиться за помощью врача.

Другие случаи.

Бывают и такие случаи, что вы уже не знаете, как прекратить истерику у ребенка. Ведь при виде, когда малыш бьется головой об стенку или пол - мало кого приведет в восторг. Но на самом деле, ничего страшного в этом нет. Детям нравится притворяться. Поверьте, себе ребенок никакого вреда не нанесет, поскольку дети имеют прекрасное чувство самосохранения. Поэтому, просто не обращайте внимание на такое истерическое поведение. Но при этом ребенок должен быть в поле вашего зрения.

Когда закончилось терпение.

Советую не допускать с вашей стороны никаких проявлений агрессивного поведения на незнание как прекратить истерику у ребенка. Надо понимать, что ваша задача - успокоить ребенка, сделав все возможное для этого.

Никаких угроз, а тем более физического насилия, не допустимо. Хотя многие мамочки, да и отцы нормально относятся к шлепкам по мягкому месту. Запомните, рукой шлепать малыша нельзя!



Важно показать ребенку, что такое поведение сильно огорчает Вас. Для этого есть слова. Поверьте, что беседа с ребенком и объяснение, почему так надо себя вести, а не иначе - это лучше шлепков. Кроме того, не забывайте после успокоения малыша и воспитательной беседы, похвалить его за то, что он все понял. А так же не забудьте обнять, поцеловать ваше чадо.

Не хочу в детский сад!

«Не хочу в детский сад!» – эти слова очень болезненны для любой мамы.



Особенно если она работает, отменить работу не может, и, ведя ребенка в сад, чувствует себя самой настоящей предательницей. Казалось бы, можно на один денек отпроситься с работы и оставить малыша дома. Но это не всегда лучший вариант. В первую очередь, нужно разобраться с причинами.

Когда ребенок только-только начал ходить в садик, нежелание идти, страхи и так далее – вполне понятны. Тут действительно требуется много мамино терпения и любви. Очень нежелательно выходить сразу на работу, старайтесь очень постепенно увеличивать время пребывания в саду, попробуйте чем-то заинтересовать ребенка.

Помогите ему с кем-то подружиться, научитесь дома что-то красиво лепить или рисовать, чтобы на очередном занятии «поразить» детей и воспитателя, принесите в садик интересную игру, в которую можно играть только коллективно. Накапливайте багаж таких «положительных подкреплений», тогда в какой-то момент ребенок станет сам стремиться в детский сад, ведь там столько всего интересного, чего дома нет.

То же касается и перехода в новый детский сад. Хотя адаптация и проходит быстрее, чем в первый раз, но требуются все те же этапы. Желательно маме взять небольшой отпуск и так же постепенно приучать малыша к новому месту.

Другое дело, когда ребенок уже давно ходит в детский сад и вдруг в одно прекрасное утро заявляет: «Не пойду, не хочу, мамочка, оставь меня дома». Такая реакция всегда имеет свои причины, и с ними обязательно нужно разобраться.

В первую очередь, убедитесь, что ребенок выспался и не заболел. Нередко именно физическое самочувствие становится причиной такого нежелания, признаков еще может быть и не видно, а ребенок их не осознает.

Такое же резкое нежелание может быть связано с какой-то конкретной возникшей проблемой. Если вы спросите об этом «в лоб», ребенок, скорее всего, не скажет. Попробуйте мягко угадать. Например, вы можете, как бы между прочим, привести свой пример («Я помню, когда я была маленькой, я однажды сильно поссорилась со своей подругой в садике и потом не хотела туда ходить» или «Однажды на меня накричала воспитательница, и я решила, что в садик больше ходить не буду»). Попробуйте подобрать наиболее вероятную причину. Если вы попадете в точку, ребенок сразу скажет, что и у него так.



Тогда уже действуйте в зависимости от причины, можно продолжить и линию с собственным примером (например, «Но потом я пришла в садик и помирилась со своей подругой» и т.д.). Если причина более серьезна, может потребоваться и сотрудничество с воспитателем. Пообещайте в этот день забрать ребенка пораньше и обсудить, как ему удалось преодолеть проблему.

Если же нежелание идти в сад постепенно нарастало какое-то время и стало хроническим, самая вероятная причина в том, что ребенку скучно, занятия для него неинтересны или их вообще нет, дети предоставлены сами себе.

Представьте себя на месте ребенка, целый день сидеть и не знать, чем себя занять, да еще и в жестких рамках детского сада с его режимом и правилами. Тогда как дома его ждут любимые игрушки, мультфильмы, мама, готовая поиграть в любой момент. Если это и правда ваш случай, если вы не можете изменить объективную ситуацию в саду, учите ребенка, как можно себя занять и развлечь, можно написать целый список интересных дел, можно брать с собой игры или книги. Хотя, конечно, лучше бы, чтобы с детьми в детсаду по-настоящему занимались.

Не переусердствуйте с давлением на совесть ребенка. Слова мамы о том, что она обязана работать, чтобы заработать на жизнь, а он обязан ходить в детский сад, конечно, могут подействовать на 5-6 летнего малыша, но оставят не самый приятный след.



Важно, чтобы ребенок не смирился с детским садом, а, действительно, полюбил его – нашел для себя что-то интересное и не имел никаких серьезных проблем в стенах дошкольного учреждения. В некоторых случаях ради этого даже стоит сменить детсад, хотя это и невероятно сложно в наших условиях.

Дисциплина, как, зачем и почему

Споры о необходимости наказания и его приемлемых формах возникают постоянно. На первый взгляд кажется, что физическое наказание – цивилизованный способ воспитания. Однако это далеко не всегда так.

Мечта всех родителей – жить в мире и согласии со своим ребенком. По большому счёту, все мы понимаем, что и запреты и наказания – штука неизбежная, но так хотелось бы, чтобы наказаний было поменьше, а соблюдение правил не требовало войны с собственным ребенком. Никто и никогда не стремится превратить свой дом в поле битвы, а если это всё-таки происходит, страдают все: и взрослые и дети.

Давайте же объявим перемирие и попробуем разобраться, когда, за что и как можно наказывать ребенка.



А нужна ли вообще дисциплина?

Нередко молодые мамы спрашивают: «С какого возраста нужно начинать воспитывать ребенка?», подразумевая под «воспитывать» «приучение к дисциплине»: необходимость что-то запрещать, в чём-то отказывать, приучать ребенка слушаться взрослых и т. д.

Надо сказать, что по этому вопросу даже у специалистов нет единого мнения.

Во-первых между воспитанием и дисциплиной не может быть знака равенства. Воспитание понятие более широкое, чем дисциплина, которая является лишь одной из многих его «компонентов».

Во-вторых, приучение к дисциплине не должно иметь исключительно негативного оттенка – ограничить, запретить, отказать, наказать. Всё это не означает, что вы сделаете его «хорошо воспитанным» или хотя бы просто «дисциплинированным». Скорее это сделает его несчастным и неуверенным в себе.

Да и воспитывать вообще и вводить дисциплину в частности мы начинаем сразу, как только малыш появился на свет. И это неизбежно и необходимо! Вот только не надо путать воспитание и дисциплину с дрессировкой. Воспитывая, мы прививаем ребенку представления о том, что такое хорошо и что такое плохо, плодами воспитания тогда становятся ценности, нравственные нормы, мировоззрение. Можно ли «вложить» всё это в ребенка при помощи каких-то специальных методик? Вряд ли. **Как бы напыщенно и банально это не звучало, воспитывать ребенка можно только собственным примером. И если на словах вы будете пропагандировать одни ценности, а на деле отстаивать совсем другие, он всё равно воспринимает как истину не то, что вы говорите, а то, что вы делаете.**

Что же касается дисциплины, то без неё ни куда. И хотя это слово набило нам оскомину ещё в школьные годы, ничего тут не поделаешь. Ведь

дисциплина – это просто-напросто порядок, упорядоченность поведения. Кому нужно чтобы ребенок был дисциплинирован? Вам, родителям? Педагогу в детском саду? Конечно, но прежде всего в ней нуждается сам ребенок.

Не стоит забывать, что если для упомянутого педагога дисциплинированность может сводиться лишь к тому, чтобы «все сидели на стульчиках ровно, ручки держали на коленочках, а рты – на замочках», то для самого ребенка понятие дисциплины означает нечто совсем иное. Для того чтобы малыш чувствовал себя хорошо (во всех отношениях и физически и душевно), он должен постепенно усвоить навыки самоконтроля, должен научиться управлять собой, ориентируясь в самых различных жизненных ситуациях. По сути дела дисциплинированность должна стать неким внутренним компасом, своего рода точным прибором, который будет направлять поведение ребенка, облегчая ему жизнь в обществе.

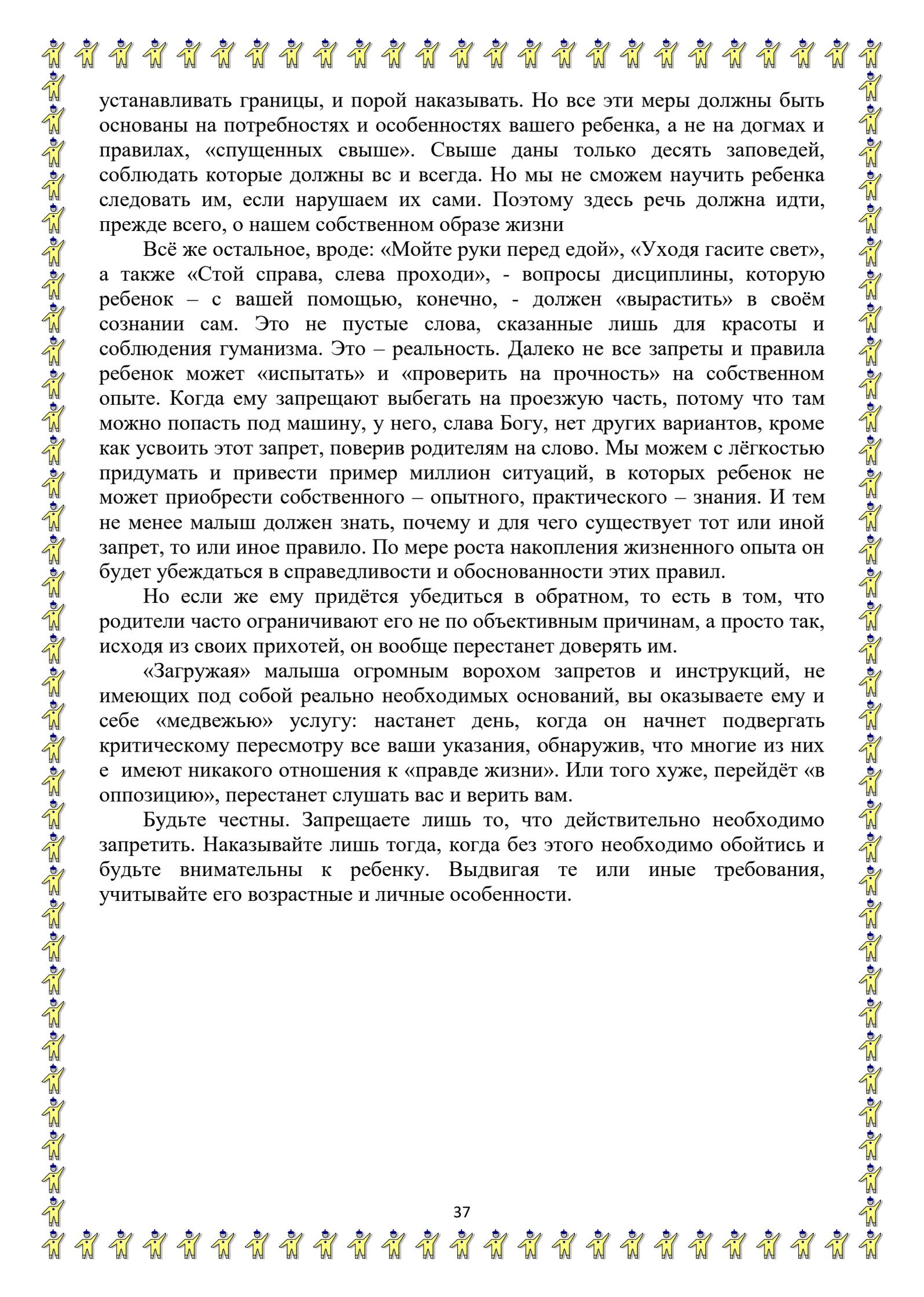


Почему дисциплина не сводится к дрессировке? Потому что любые правила поведения имеют ценность лишь тогда, когда они по-настоящему усвоены ребенком, являются для него естественными жизненными факторами, а не навязанными извне малопонятными условностями. Путем механической дрессировки можно приучить малыша к исполнению нужных «трюков», но при этом будет работать лишь при условии, что «укротитель» всегда находится поблизости, с пряником в одной руке и с кнутом - в другой. Да и результаты подобной дрессировки будут печальными: в присутствии родителей (или другого строгого взрослого, которого ребенок боится) стрелка внутреннего компаса ребенка всегда указывает именно на них. Но как только родители – руководители исчезают из поля зрения, компас выходит из строя: стрелка вертится, дрожит, а у самого ребенка нет никакого представления о том, как же именно нужно себя вести.

Конечно хорошо «дрессированный» ребенок может без проблем дожить до подросткового возраста (и даже поступления в вуз). Всё это время он будет следовать тем указаниям и нормам, которыми исправно снабжают его «заботливые» родители. Но рано или поздно наступает время, когда человеку нужно принимать решения самостоятельно, и тогда становится ясно, кто обладает самоконтролем, а кто – нет. И родители «хорошо воспитанного» и «очень послушного» дитя, нередко получают такую «отдачу», что на всю дальнейшую жизнь остаются в недоумении: как же это так? Как из их замечательного ребенка выросло... такое?! Выросло и обмануло все Большие Надежды!

Постарайтесь с первых дней жизни вашего малыша побольше доверять ему. И самое главное постарайтесь его не обманывать. Вам нужно будет и воспитывать, и приучать к дисциплине, и





устанавливать границы, и порой наказывать. Но все эти меры должны быть основаны на потребностях и особенностях вашего ребенка, а не на догмах и правилах, «спущенных свыше». Свыше даны только десять заповедей, соблюдать которые должны все и всегда. Но мы не сможем научить ребенка следовать им, если нарушаем их сами. Поэтому здесь речь должна идти, прежде всего, о нашем собственном образе жизни

Всё же остальное, вроде: «Мойте руки перед едой», «Уходя гасите свет», а также «Стой справа, слева проходи», - вопросы дисциплины, которую ребенок – с вашей помощью, конечно, - должен «вырастить» в своём сознании сам. Это не пустые слова, сказанные лишь для красоты и соблюдения гуманизма. Это – реальность. Далеко не все запреты и правила ребенок может «испытать» и «проверить на прочность» на собственном опыте. Когда ему запрещают выбегать на проезжую часть, потому что там можно попасть под машину, у него, слава Богу, нет других вариантов, кроме как усвоить этот запрет, поверив родителям на слово. Мы можем с лёгкостью придумать и привести пример миллион ситуаций, в которых ребенок не может приобрести собственного – опытного, практического – знания. И тем не менее малыш должен знать, почему и для чего существует тот или иной запрет, то или иное правило. По мере роста накопления жизненного опыта он будет убеждаться в справедливости и обоснованности этих правил.

Но если же ему придётся убедиться в обратном, то есть в том, что родители часто ограничивают его не по объективным причинам, а просто так, исходя из своих прихотей, он вообще перестанет доверять им.

«Загружая» малыша огромным ворохом запретов и инструкций, не имеющих под собой реально необходимых оснований, вы оказываете ему и себе «медвежью» услугу: настанет день, когда он начнет подвергать критическому пересмотру все ваши указания, обнаружив, что многие из них не имеют никакого отношения к «правде жизни». Или того хуже, перейдёт «в оппозицию», перестанет слушать вас и верить вам.

Будьте честны. Запрещаете лишь то, что действительно необходимо запретить. Наказывайте лишь тогда, когда без этого необходимо обойтись и будьте внимательны к ребенку. Выдвигая те или иные требования, учитывайте его возрастные и личные особенности.

Приучаем ребенка к самостоятельности

Ребенок рождается беспомощным и зависимым от взрослых. Это абсолютно естественно. Но когда малыш подрастает, он уже и физически и психологически готов многие вещи делать сам: ходить, бегать, пользоваться столовыми приборами, умываться, одеваться. Однако он не всегда хочет этого.



Как же приучить ребенка к самостоятельности?

Существует всего два простых правила для родителей, которые хотят приучить ребенка к самостоятельности.

Правило первое

«Обучать ребенка делать все самостоятельно». Это правило имеет ключевое значение. Ребенок рождается без каких-либо навыков и умений, только с безусловными рефлексам. Все навыки он приобретает не сам по себе, а усваивает их при взаимодействии со взрослыми. Ребенок узнает что делать с тем или иным предметом, наблюдая как с этим предметом поступают взрослые.

Очень важно, чтобы родитель выступал не только в роли наставника, но и в роли помощника ребенка, участника совместных действий. Ребенок нуждается в том, чтобы взрослый сотрудничал с ним в деле, помогал в трудную минуту, подбадривал и хвалил. Родителям надо постараться не злиться на ребенка за разбитые чашки и тарелки, пролитое молоко, оторванную пуговицу. Ребенок и так расстроен своей неудачей, не нужно его дополнительно упрекать, а лучше успокоить и предложить ему попробовать в следующий раз.

Умение складывать свои игрушки, убирать за собой – важный аспект самостоятельности ребенка. Если ребенка приучить всегда аккуратно убирать свои игрушки, то он запомнит, что поддержание порядка в доме – это так же естественно и необходимо, как, например, еда. Когда в доме все вещи находятся на своих местах, вытерта пыль и вымыта посуда, а в процессе уборки участвуют все члены семьи, то малыш ценит порядок, ведь родители показывают, что они тоже его ценят.

Правило второе

«Не делать за ребенка того, что он может сделать сам». С задачами, посильными для его возраста, ребенок вполне может справиться сам, если он этого хочет.

С года до трех малыш переживает особенно важный период. За каких-то два года он совершает огромный скачок в развитии. Малыш учится делать все самостоятельно: одевать штанишки, завязывать шнурочки, кушать ложкой, умываться и т. д. Но не все у него может получаться. Если на этом этапе ребенок «опустит руки», откажется от попыток самостоятельности, то позже ему будет еще труднее привыкнуть все делать самому.



И здесь «подлить масла в огонь» могут родители. В спешке, они сами готовы сделать за малыша то, что у него не получается, ведь так и быстрее, и аккуратнее. При этом, между делом, родители приговаривают, каким растяпой (неряхой, неумехой, лентяем и т. д.) является ребенок. Такое родительское поведение формирует у ребенка комплексы и может вылиться в серьезную психологическую проблему.

Другая крайность, в которую бросаются родители – это позиция «Делай сам, ты уже большой!». Но маленькие дети еще не умеют лениться, поэтому, скорее всего, ребенок не делает что-то правильно не потому что не хочет, а потому что действительно не может справиться с задачей.

Как мотивировать ребенка к самостоятельности?

Можно предоставить ребенку право выбора, но в рамках. Например, предлагать малышу не «Хочешь ли ты сложить свои игрушки?», а «Хочешь ли ты сложить свои игрушки сейчас или после прогулки?». Первый вариант по сути не предлагает вообще никакого выбора. Ведь даже если он откажется убирать игрушки, то его все равно заставят это сделать. Ребенок недоумеваает, а зачем же тогда спрашивали? В то же время, можно заметить, что второй вариант предполагает уборку игрушек в любом случае, но малыш сам может решить, когда ему удобнее это сделать. Так малыш чувствует, что его мнение важно, его желание имеет значение.

Чтобы приучить ребенка к самостоятельности, важно дать ему осознать, что любой поступок влечет за собой последствия, а какими они будут – зависит именно от него. Поэтому не стоит спешить вырывать из рук ребенка соломинку, когда он пытается есть ею суп или кашу. Малыш сам поймет, что это неудобно и утомительно. Действуя самостоятельно, ребенок учится не бояться ошибок.

Если у ребенка что-то пока не получается делать самостоятельно, то не нужно расстраиваться. Малыш может швырять ботиночки, которые «не хотят» одеваться, кусать свою одежду и кричать. Родителям нужно научить малыша просить о помощи правильно, например, фразой: «Помоги мне пожалуйста!». Но, не нужно сразу же бросаться делать все за ребенка. Сперва нужно дать ему шанс справиться самому, лишь слегка подтолкнув его к действию. Например, можно показать малышу как сопоставить пуговицы с петельками, застегнуть одну, а следующую – предложить застегнуть ребенку самостоятельно. Старания ребенка нужно обязательно похвалить.



Внимание! Крики, шлепки, взывания к совести на ребенка, когда родители пытаются приучить его к самостоятельности, практически никогда не помогают. Приучая ребенка к самостоятельности, важно быть последовательными и спокойными. Уверенность в своих силах и терпение родителей обязательно помогут малышу освоить все необходимые навыки.

Компьютер и ребенок



Компьютеры прочно вошли в нашу жизнь и в жизнь наших детей. Часть родителей не возражает против компьютерных занятий или игр. Но материально не особенно поддерживает эти увлечения. Другая часть оказывает активную поддержку - дает деньги на обновление домашнего ПК, на покупку Интернет-карточек, дисков, программ, может дать дельный совет в этой области.

Есть мамы и папы, полностью отвергающие такую форму времяпрепровождения для своего ребенка. Но есть и еще одна категория родителей. Они не запрещают сыну или дочке сидеть за компьютером. И в то же время испытывают постоянное внутреннее сопротивление: долгое сидение за компьютером вредит здоровью ребенка, он мало общается со сверстниками, компьютерные игры отупляют или ожесточают и т. д.

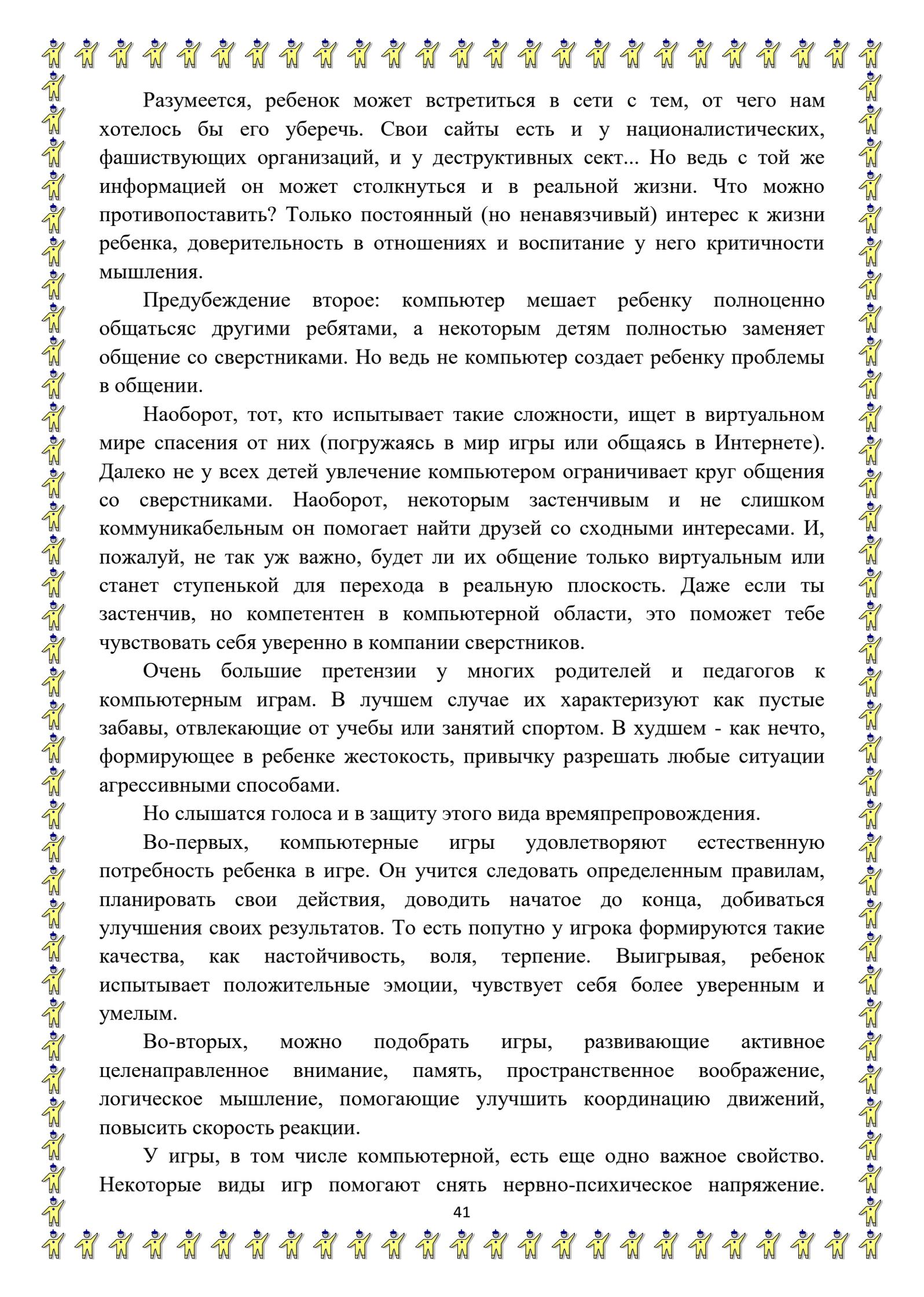
Кто прав? Стоит разобраться, но уже не для того, чтобы решить, покупать или не покупать ПК, разрешать или запрещать. Вы можете не планировать в ближайшее время покупку компьютера, а ваш ребенок познакомится с ним дома у приятеля. И вы будете только догадываться, чем они там занимаются. К тому же почти в каждой школе сейчас оборудованы кабинеты информатики. А существуют еще и компьютерные клубы...

Компьютер: друг или враг?

Предубеждений, связанных с компьютером, несколько.

Одно из них: постоянное пребывание в виртуальной реальности вредит интеллектуальному и эмоциональному развитию ребенка. Он не испытывает интереса к самостоятельному мышлению, к чтению, ручному труду. Становится пассивным потребителем информации, рабом Интернета. Не стремится понимать других людей и выражать собственные мысли и чувства. Зачем трудиться над сочинением или составлять реферат, если можно получить готовый чужой текст в Интернете?

И все же у компьютера гораздо больше преимуществ, облегчающих жизнь школьника, чем вредоносных факторов. Разнообразные обучающие программы по предметам, возможность получить полную или дискуссионную информацию по какому-то вопросу... Общение со специалистами, помощь в выборе увлечений и, возможно, будущей профессии.



Разумеется, ребенок может встретиться в сети с тем, от чего нам хотелось бы его уберечь. Свои сайты есть и у националистических, фашиствующих организаций, и у деструктивных сект... Но ведь с той же информацией он может столкнуться и в реальной жизни. Что можно противопоставить? Только постоянный (но ненавязчивый) интерес к жизни ребенка, доверительность в отношениях и воспитание у него критичности мышления.

Предубеждение второе: компьютер мешает ребенку полноценно общаться с другими ребятами, а некоторым детям полностью заменяет общение со сверстниками. Но ведь не компьютер создает ребенку проблемы в общении.

Наоборот, тот, кто испытывает такие сложности, ищет в виртуальном мире спасения от них (погружаясь в мир игры или общаясь в Интернете). Далеко не у всех детей увлечение компьютером ограничивает круг общения со сверстниками. Наоборот, некоторым застенчивым и не слишком коммуникабельным он помогает найти друзей со сходными интересами. И, пожалуй, не так уж важно, будет ли их общение только виртуальным или станет ступенькой для перехода в реальную плоскость. Даже если ты застенчив, но компетентен в компьютерной области, это поможет тебе чувствовать себя уверенно в компании сверстников.

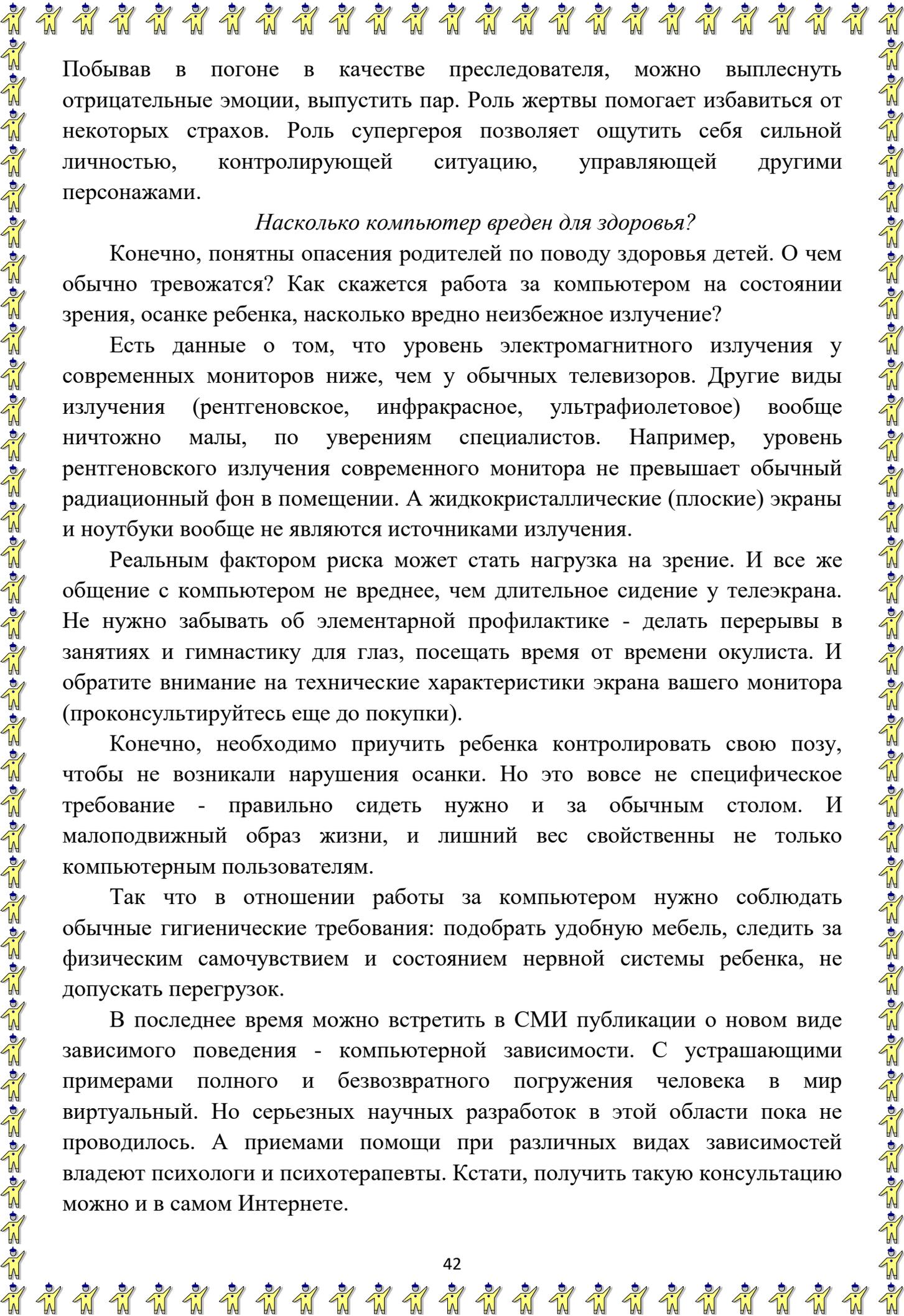
Очень большие претензии у многих родителей и педагогов к компьютерным играм. В лучшем случае их характеризуют как пустые забавы, отвлекающие от учебы или занятий спортом. В худшем - как нечто, формирующее в ребенке жестокость, привычку разрешать любые ситуации агрессивными способами.

Но слышатся голоса и в защиту этого вида времяпрепровождения.

Во-первых, компьютерные игры удовлетворяют естественную потребность ребенка в игре. Он учится следовать определенным правилам, планировать свои действия, доводить начатое до конца, добиваться улучшения своих результатов. То есть попутно у игрока формируются такие качества, как настойчивость, воля, терпение. Выигрывая, ребенок испытывает положительные эмоции, чувствует себя более уверенным и умелым.

Во-вторых, можно подобрать игры, развивающие активное целенаправленное внимание, память, пространственное воображение, логическое мышление, помогающие улучшить координацию движений, повысить скорость реакции.

У игры, в том числе компьютерной, есть еще одно важное свойство. Некоторые виды игр помогают снять нервно-психическое напряжение.



Побывав в погоне в качестве преследователя, можно выплеснуть отрицательные эмоции, выпустить пар. Роль жертвы помогает избавиться от некоторых страхов. Роль супергероя позволяет ощутить себя сильной личностью, контролирующей ситуацию, управляющей другими персонажами.

Насколько компьютер вреден для здоровья?

Конечно, понятны опасения родителей по поводу здоровья детей. О чем обычно тревожатся? Как скажется работа за компьютером на состоянии зрения, осанке ребенка, насколько вредно неизбежное излучение?

Есть данные о том, что уровень электромагнитного излучения у современных мониторов ниже, чем у обычных телевизоров. Другие виды излучения (рентгеновское, инфракрасное, ультрафиолетовое) вообще ничтожно малы, по уверениям специалистов. Например, уровень рентгеновского излучения современного монитора не превышает обычный радиационный фон в помещении. А жидкокристаллические (плоские) экраны и ноутбуки вообще не являются источниками излучения.

Реальным фактором риска может стать нагрузка на зрение. И все же общение с компьютером не вреднее, чем длительное сидение у телеэкрана. Не нужно забывать об элементарной профилактике - делать перерывы в занятиях и гимнастику для глаз, посещать время от времени окулиста. И обратите внимание на технические характеристики экрана вашего монитора (проконсультируйтесь еще до покупки).

Конечно, необходимо приучить ребенка контролировать свою позу, чтобы не возникали нарушения осанки. Но это вовсе не специфическое требование - правильно сидеть нужно и за обычным столом. И малоподвижный образ жизни, и лишний вес свойственны не только компьютерным пользователям.

Так что в отношении работы за компьютером нужно соблюдать обычные гигиенические требования: подобрать удобную мебель, следить за физическим самочувствием и состоянием нервной системы ребенка, не допускать перегрузок.

В последнее время можно встретить в СМИ публикации о новом виде зависимого поведения - компьютерной зависимости. С устрашающими примерами полного и безвозвратного погружения человека в мир виртуальный. Но серьезных научных разработок в этой области пока не проводилось. А приемами помощи при различных видах зависимостей владеют психологи и психотерапевты. Кстати, получить такую консультацию можно и в самом Интернете.

Гиперактивные дети

Согласитесь: спокойные, тихие и послушные дети пугают! Сразу начинаешь думать: "Ой, что это с ним не так?" Но нормально ли это, если ребенок 24 часа в сутки скачет по головам своих ошалевших родителей? И где граница между нормой и "перебором"?



Активный ребенок - это хорошо, это значит, что он, во-первых, здоров (стал бы больной скакать по диванам!), а во-вторых, имеет в своем распоряжении вполне адекватных родителей, которые не дают с воспитанием, этикетом и прочей вредной для детской психики ерундой. Он бегает и прыгает, ломает и складывает, разбрасывает и собирает, крушит и строит, а еще дерется, кусается, танцует, поет, кричит - и все это почти одновременно. Только став мамой такого сокровища, понимаешь истинный смысл старой доброй присказки: "Какой же ты хороший, когда спишь!"

Но если это так естественно, почему неврологи в один голос называют гиперактивность патологией и так и норовят прописать непоседе успокоительные? Оказывается, есть большая разница между просто активностью и навязчивой перевозбудимостью.

Тест на гиперактивность

Похоже на детскую игру из серии "Найди 5 отличий" ... Итак,

Активный ребенок:

- Большую часть дня "не сидит на месте", предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но если его заинтересовать - может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать.
- Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.
- Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) - скорее исключение.
- Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный - в садике, в гостях у малознакомых людей.
- Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать "коллеге по песочнице", но сам редко провоцирует скандал.

Гиперактивный ребенок:

- Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит.
- Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.
- Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Для гиперактивных деток всевозможные аллергии не редкость.

- Ребенок - неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.

- Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни...

Откуда ноги растут?

Главное отличие гиперактивности от просто активного темперамента в том, что это не черта характера ребенка, а следствие не слишком гладкого появления на свет и нарушений в грудничковом возрасте. В группу риска входят детки, родившиеся в результате кесарева сечения, тяжелых патологических родов, малыши-искусственники, родившиеся с маленьким весом, недоношенные. Учитывая, что экология и темп современной жизни сейчас оставляют желать лучшего, неудивительно, почему гиперактивные дети не редкость, а скорее норма нашей сегодняшней жизни. И стоит оговориться: не все дети, входящие в группу риска, обязательно являются гиперактивными! Да и впоследствии, если все "недоразумения" (беспокойность, истеричность, колики, нарушения сна) не исчезли до первого дня рождения малыша, то их не поздно привести в норму после.

Спокойствие, только спокойствие!



Что нужно сделать, чтобы малыш избавился от "излишков" активности? Создать ему определенные условия жизни. Сюда входит спокойная психологическая обстановка в семье, четкий режим дня (с обязательными прогулками на свежем воздухе, где есть возможность порезвиться на славу). Придется и родителям потрудиться. Если вы сами – очень эмоциональны и неуравновешенны, постоянно везде опаздываете, торопитесь, то пора начинать работать над собой. Мы больше не несемя сломя голову в сад, постоянно поторапливая ребенка, стараемся поменьше нервничать и пореже менять планы "по ходу дела". Скажите себе: "Четкий распорядок дня" и постарайтесь сами стать более организованными.

А также воспользуйся такими советами:

- Малыш не виноват, что он такой "живчик", поэтому бесполезно его ругать, наказывать, устраивать унизительные молчаливые бойкоты. Этим вы добьетесь только одного - снижение самооценки у него, чувство вины, что он "неправильный" и не может угодить маме с папой.

- Научить ребенка управлять собой - ваша первоочередная задача. Контролировать свои эмоции ему помогут "агрессивные" игры. Негативные эмоции есть у каждого, в том числе и у вашего ребенка, только табу, скажите ему: "Хочешь бить - бей, но не по живым существам (людям, растениям, животным)". Можно бить палкой по земле, бросаться камнями там, где нет

людей, пинать что-то ногами. Ему просто необходимо выплескивать энергию наружу, научите его это делать.

- В воспитании необходимо избегать двух крайностей – проявления чрезмерной мягкости и предъявления ему повышенных требований. Нельзя допускать вседозволенности: детям должны быть четко разъяснены правила поведения в различных ситуациях. Однако количество запретов и ограничений следует свести к разумному минимуму.

- Ребенка нужно хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести начатое дело до конца. На примере относительно простых дел нужно научить правильно распределять силы.

- Необходимо оберегать детей от переутомления, связанного с избыточным количеством впечатлений (телевизор, компьютер), избегать мест с повышенным скоплением людей (магазинов, рынков и пр.).

- "Движение - это жизнь", недостаток физической активности может стать причиной повышенной возбудимости. Нельзя сдерживать естественную потребность ребенка поиграть в шумные игры, порезвиться, побегать, попрыгать.

- Иногда нарушения поведения могут оказаться реакцией ребенка на психическую травму, например, на кризисную ситуацию в семье, развод родителей, плохое отношение к нему, определение его в несоответствующий класс школы, конфликт с учителем или родителями.

- Обдумывая рацион ребенка, отдавайте предпочтение правильному питанию, в котором не будет недостатка витаминов и микроэлементов. Гиперактивному малышу больше, чем другим деткам необходимо придерживаться золотой середины в питании: поменьше жареного, острого, соленого, копченого, побольше вареного, тушеного и свежих овощей и фруктов. Еще одно правило: если ребенок не хочет есть - не заставляйте его!



- Подготовьте своему непоседе "поле для маневров": активные виды спорта для него - просто панацея.

- Приучайте малыша к пассивным играм. Мы читаем, а еще рисуем, лепим. Даже если вашему ребенку трудно усидеть на месте, он часто отвлекается, следуйте за ним ("Тебе интересно это, давай посмотрим..."), но после удовлетворения интереса постарайтесь возвратиться с малышом к предыдущему занятию и довести его до конца.

- И не забывайте говорить ребенку, как сильно вы его любите.

Гиперактивность - это не болезнь, это отклонение от нормы, но при этом и махать на нее рукой, дескать, само пройдет, тоже не выход. Увы, может и не пройти. И тогда подросший ребенок начнет испытывать проблемы в школе, ему трудно будет строить отношения со сверстниками и старшими, и удержать его под заботливым маминым крылом вряд ли удастся.

Тревожность у детей дошкольного возраста



Казалось бы, отчего дети могут тревожиться? Любящие родители рядом, есть друзья во дворе и в садике, в семье тоже все в порядке. Однако как бы себя не утешали родители и не искали себе оправданий, тревожность у детей – сигнал о том, что в жизни ребенка что-то идет «не ладно». Причем неважно, сын у вас или дочка – в дошкольном возрасте тревожность может коснуться любого ребенка, независимо от пола. Что же является причиной возникновения тревожности у детей и что делать родителям, чтобы помочь малышу справиться с этим состоянием?

Причины возникновения тревожности у детей дошкольного возраста

1. Основной причиной повышенного уровня тревожности дошкольников является нарушения в отношениях между детьми и родителями. Как утверждают специалисты, формирование детской тревожности является следствием неправильного или недостаточно правильного воспитания малышей. Как правило, родители, чей ребенок проявляет тревожность, очень часто требуют от ребенка того, что ему не по силам: идеального поведения, хороших отметок, победы на соревнованиях или проявления лидерства среди сверстников. Такие завышенные требования родителей к ребенку очень тесно связано с собственной неудовлетворенностью и желанием воплотить собственные мечты в своем чаде. Однако иногда такие завышенные требования могут быть связаны и с другими причинами. Если один из родителей по жизни лидер, добился высокого положения в обществе или материального благополучия, то, не желая видеть в своем ребенке «лузера», предъявляет к нему вот такие завышенные требования.

2. Очень часто, у тревожных детей сами родители страдают повышенной тревожностью, вследствие чего сами настраивают ребенка на такое поведение. Стремясь уберечь свое чадо от всех реальных или мнимых угроз, формируют у него чувство неполноценности и незащитности. Все это, естественно, не способствует нормальному развитию малыша, что мешает ему полностью раскрыться и вызывает страх и тревогу даже в простом общении со сверстниками и взрослыми.

2. Если у ребенка усиливается тревожность, появляются страхи – неперенный спутник тревожности, то могут развиваться невротические черты. Неуверенность в себе, как черта характера – это самоуничтожительная установка на себя, на свои силы и возможности. Тревожность, как черта характера – это пессимистическая установка на жизнь, когда она представляется как преисполненная угроз и опасностей.

Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, а они, в свою очередь, формируют соответствующий характер.

Тревожные дети, если у них хорошо развиты игровые навыки, могут не пользоваться всеобщим признанием в группе, но и не оказываются в изоляции, они чаще входят в число наименее популярных, так как очень часто такие дети крайне неуверенные в себе, замкнутые, малообщительные, или же напротив, сверх общительные, назойливые, озлобленные. Также причиной непопулярности является их безынициативность из-за своей неуверенности в себе, следовательно, эти дети не всегда могут быть лидерами в межличностных взаимоотношениях. Результатом безынициативности тревожных детей является то, что у других детей появляется стремление доминировать над ними, что ведет к снижению эмоционального фона тревожного ребенка, к тенденции избегать общения, возникают внутренние конфликты, связанные со сферой общения, усиливается неуверенность в себе. Также в результате отсутствия благоприятных взаимоотношений со сверстниками появляется состояние напряженности и тревожности, которые и создают либо чувство неполноценности и подавленности, либо агрессивности. Ребенок с низкой популярностью, не надеясь на сочувствие и помощь со стороны сверстников, нередко становится эгоцентричным, отчужденным. Такой ребенок будет обижаться, жаловаться и обманывать. Это плохо, так как может способствовать формированию отрицательного отношения к детям и взрослым. Личность с повышенным уровнем тревожности, а именно с личностной тревожностью склонна воспринимать угрозу своей самооценке. Как правило, у нее и формируется неадекватно заниженная самооценка.

У детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера, а больше представляет собой функцию неблагоприятных отношений с близкими взрослыми. Это все относительно обратимо при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий, а также, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут соблюдать нужные рекомендации.

Отрицательные последствия тревожности могут выражаться в том, что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании дивергентного (т.е. креативного, творческого) мышления, для которого естественны такие личностные черты, как отсутствие страха перед новым, неизвестным.

Как предотвратить развитие тревожности у детей?

Прежде чем дать несколько рекомендаций, хотелось бы отметить, что большинство родителей тревожных детей сами не замечают, что их собственное поведение и стало причиной изменения в характере ребенка. Так, узнав о возникновении страхов у ребенка, они либо начинают



уговаривать его, чтобы он успокоился, либо высмеивают его проблему. Это очень неверное поведение, которое только поспособствует усилению страха.

Более того, все ваши замечания, окрики, одергивания могут вызвать в ребенке не только агрессию, но и тревогу, поэтому постарайтесь хотя бы уменьшить количество замечаний в адрес ребенка, а попробуйте с ним спокойно побеседовать. Не угрожайте ребенку, а научитесь с ним договариваться и попробуйте прежде чем озвучить свое недовольство, обдумать, что вы говорите ребенку.

Если вы хотите, чтобы ваш ребенок вырос здоровым и уравновешенным человеком, хорошо бы обеспечить в вашей семье благоприятный психологический климат, который будет способствовать гармоничному развитию личности ребенка. Причем если ваш малыш вам доверится, то уровень его тревожности снизится автоматически. Поэтому, очень важно как можно чаще обсуждать все проблемы ребенка, общаться с ним, устраивать совместные прогулки, праздники, отдых на природе. Непринужденная обстановка только сблизит вас и поможет ребенку почувствовать себя свободным.



Как помочь тревожному ребенку справиться с этим состоянием?

Очень часто у тревожных деток появляется потребность стать для кого-то опекуном, любить, ласкать, оберегать. Именно поэтому, детские психологи рекомендуют родителям тревожных детей завести домашнее животное: котенка, щенка, хомячка и доверить его малышу, однако конечно же, помогать ребенку ухаживать за питомцем. Такой совместный уход за питомцем поможет выстроить партнерские и доверительные отношения между родителями и ребенком, что поспособствует снижению уровня тревожности.



Также, для того, чтобы помочь ребенку избавиться от тревоги, очень полезными будут выполнения релаксационных упражнений, например дыхательные упражнения для детей.

Ну и напоследок, если тревожность у вашего ребенка ярко выражена, и вы не можете справиться и помочь ребенку самостоятельно, то обязательно обратитесь к детскому психологу или психотерапевту. Ведь даже незначительная тревожность в детстве может стать причиной серьезных психических заболеваний в будущем.

Агрессивный ребенок.



Злой, агрессивный ребёнок, драчун и забияка – большое родительское огорчение, угроза благополучию детского коллектива, "гроза" дворов, но и несчастное существо, которое никто не понимает, не хочет приласкать и пожалеть. Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, комплекс негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты.

Сразу оговорюсь: агрессию иногда проявляют все дети. Как минимум – обороняются, размахивая кулачками или обзываясь в ответ. Могут и напасть, когда обидчик покусился на то, что очень и очень важно: порвал рисунок, сделанный для мамы, сломал любимую игрушку, сказал гадость про брата. Даже самый миролюбивый способен иногда полезть в драку! Но ключевое слово здесь «иногда». Если агрессивные действия становятся частыми и из-за них начинают страдать другие дети, вполне возможно, речь уже идет о том, что агрессивность становится чертой личности!

Такие дети используют любую возможность, чтобы толкать, бить, ломать, щипать. Их поведение часто носит провокационный характер. Чтобы вызвать ответное агрессивное поведение, они всегда готовы разозлить маму, воспитателя, сверстников. Они не успокоятся до тех пор, пока взрослые не "взорвутся", а дети не вступят в драку. Например, такой ребёнок будет сознательнее одеваться медленнее, отказываться мыть руки, убирать игрушки, пока не выведет маму из себя и не услышит её крик или не получит шлепок. После этого он готов заплакать и, только получив утешение и ласку от мамы, успокоится. Не правда ли, очень странный способ получения внимания? Но это для данного ребёнка единственный механизм "выхода" психоэмоционального напряжения, скопившейся внутренней тревожности.

В нашей жизни, к сожалению, происходит много событий, которые сами по себе могут ожесточить, озлобить, довести до отчаяния и вызвать негативные переживания. Дети чётко улавливают настроения окружающих. Поэтому родителям не стоит при ребёнке допускать обсуждение неприятностей, смотреть передачи про катастрофы и фильмы про убийство и безысходность, оценивать отрицательно поступки других, укорять и угрожать расправой обидчикам. Подобные проявления своего недовольства и обиды являются не лучшим примером для подражания и бумерангом могут вернуться в семью в "исполнении" ребёнка. Взрослые не должны удивляться, почему их ребёнок слово в слово повторяет их ругательные выражения, находится в позиции постоянного сопротивления и неприятия окружающих его людей и событий. Если вы стали замечать, что ваш ребёнок

наэлектризован злостью, обзывается, дерётся, обижает и жестоко относится к животным, то первое, что вы должны сделать, это задать себе вопросы:

Когда это началось? Как ребёнок проявляет агрессию? В какие моменты ребёнок проявляет агрессию? Что явилось причиной агрессивности? Что изменилось в поведении ребёнка с того времени? Что на самом деле хочет ребёнок? Чем вы реально можете ему помочь?

Причины агрессивности почти всегда внешние: семейное неблагополучие, эмоциональная холодность в семье по отношению друг к другу, лишение чего-то желаемого, разница между желаемым и возможным. Поэтому работу с агрессией своего ребёнка необходимо начать с самостоятельного анализа внутрисемейных отношений. Это будет главным шагом в решении существующей проблемы.



У детей, склонных к агрессии, отмечается одно интересное свойство самооценки: наблюдается значительное расхождение между тем, как ребенок оценивает себя сам (высоко), и тем, какую оценку он ожидает от сверстников (гораздо более низкую). По мере того как формируется опыт общения ребенка, все более и более негативный, эта пропасть увеличивается. Именно в общении со сверстниками агрессивность ребенка проявляется в полной мере! Посмотрите, как ребенок общается в детском коллективе, и многое станет понятно. «Другой ребенок» выступает для маленького агрессора прежде всего, как конкурент, противник и даже... препятствие (почти неодушевленное) на пути к чему-то, чего очень хочется. Если говорить о коммуникативных навыках, то у агрессивных детей нередко с ними все в порядке! Они могут выстраивать и «мирные» линии общения, знают правила установления контакта и могут некоторое время его поддерживать. Но все равно срываются – как только другой окажется помехой на пути к чему-то. Взрослея, они продумывают стратегии тонкой мести, проявляя изобретательность.

Как проявляется агрессивное поведение у детей дошкольного возраста?

Агрессивное поведение детей дошкольного возраста выражается всегда по-разному:

1. Внешняя агрессия – она направлена на окружающих людей, животных, игрушки. Ребенок может кричать, обзываться, угрожать, дразнить окружающих. Так же он может свою агрессию выражать жестами – пригрозить кулаком или пальцем, кривляться, передразнивать. Помимо устной и жестовой агрессии, ребенок может перейти и к физической, т. е. он может укусить, поцарапаться, подраться, ущипнуть, или толкнуть.

2. Внутренняя агрессия – эта агрессия направлена на самого ребенка. Он может себе кусать ногти, биться головой об стену, кусать свои губы, выдергивать ресницы или брови.

И к первому и ко второму виду агрессии нужно отнестись серьезно. Постараться понять, почему она появилась, и потом провести коррекцию агрессивного поведения у детей.

Как справиться с агрессией ребенка? Рекомендации педагога-психолога: Скорее всего, если ваш ребенок агрессивен, вы уже об этом знаете.

Агрессивность – это очень активная черта. И если направить ее активность в нужном направлении, можно добиться хороших результатов! Компонент агрессивности необходим, чтобы человек мог постоять за себя, защитить близких. Агрессивность «отвечает» также и за смелость, за действия и решения. Но чтобы она стала преимуществом, ее нужно усмирить.

1. Начни с себя. Когда речь идет об агрессивности, всегда возникает вопрос: где ребенок «подсмотрел» этот стереотип поведения? И нередко оказывается, что у него есть папа, способный пнуть кошку на улице, мама, извергающая ругательства и кричащая, что все «не такие» вокруг, родственники и пр. Никакие «проповеди» не возымеют эффекта, пока близкие ребенку люди ведут себя агрессивно по отношению друг к другу, а особенно к окружающим. Но, как только поведение родителей становится более миролюбивыми, и ребенок начинает меняться как бы «сам собой»!



2. Долой любые физические наказания. Вы никогда не сможете объяснить ребенку, что нельзя бить других, если у вас в руках иногда находится ремень. Агрессия – это применение силы. И ребенок будет ориентироваться в своем поведении на то, чтобы вести себя как «сильный». То есть – как человек с ремнем! Он вряд ли перестанет бить детей. Но при этом втихаря начнет их запугивать, чтобы его «преступление» не стало очевидным. Это касается любого родительского физического насилия (шлепки по попе, подзатыльники, дерганье за волосы, за уши, тыканье пальцем в лоб и т.д.)

3. Образ другого. Помогите ребенку начать воспринимать других детей более миролюбиво, постепенно отказываясь от «образа врага». Но просто убеждать ребенка в том, что все к нему хорошо относятся и хотят дружить, – бесполезно, он не поверит!

Вы можете обращать внимание ребенка на те моменты в отношениях с другими детьми, когда к нему проявляли доброту, ласку, стремление помочь. Это поможет ему увидеть сверстников с дружественной стороны. А перестав их воспринимать как неприятелей, он научится себя вести более мирно. Делайте акцент больше на позитивные ситуации.

4. Образ себя. Находите у ребенка даже самые малые проявления миролюбия. Акцентируйте на них внимание. Помните, что «агрессор» – это чаще всего роль, закрепившаяся за ним. Иначе говоря, и окружающие, и он

сам привыкли думать о нем именно так. Но вы можете помочь ему «расшатать» столь печальное самовосприятие и постепенно утвердиться в новом образе! Расскажите ребенку о положительных чертах характера и воспитывайте их вместе (особенно своим примером).

5. Вся мощь искусства. Выбирайте книги, мультфильмы и фильмы про настоящую дружбу, взаимопомощь, выручку. Возможно, это даст ребенку понять, что другие люди вполне готовы быть добрыми, и далеко не все отношения таят опасности. Совершенно исключите агрессивные мультики про драки, бои, противостояния добра со злом, комиксы

6. Обратитесь к специалисту. Без этого с проблемой справиться непросто. Ведь именно психолог поможет вам определить, с чем вы имеете дело. Один вариант, когда связаны агрессия и гиперактивность, и совсем другое, если причина в повышенной обидчивости, пережитой травме, «бесчувственности» или склонности к оппозиционному поведению.



Как правило, консультация психолога – это только начало, за ним следует кропотливая работа взрослых (родителей) в первую очередь, по снижению агрессивности и практическому применению более миролюбивых стратегий общения.

Одаренный ребенок

Многие папы и мамы считают своего ребенка одаренным, но большинство детей — гении только в глазах своих родителей. Тем не менее, к некоторым малышам действительно применимо слово "одаренный". Есть несколько указаний на одаренность вашего ребенка.



Десять признаков одарённости вашего ребенка:

1. *Хранит информацию.* К большинству детей применима поговорка "Что в одно ухо влетело, из другого вылетело". Дети, которые более развиты умственно, сохраняют большое количество разнообразной информации и способны вспомнить ее позже. Пример: шестилетний мальчик вернулся из музея космонавтики и нарисовал в деталях космическую ракету, которую он там видел.

2. *Обширный круг интересов.* Одаренные дети демонстрируют интерес к разным вещам. Один месяц они могут сходить с ума от динозавров, а на следующий месяц увлечься астрономией.

3. *Рано начинает читать и писать.* Если ваш ребенок одарен, он может начать читать и писать очень рано даже с минимумом обучения.

4. *Музыкально или художественно одарен.* Дети, которые проявляют необычные способности к музыке и/или искусству, часто считаются одаренными. Так, например, дети, которые могут рисовать предметы в перспективе или имеют абсолютный музыкальный слух, попадают в категорию одаренных.

5. *У ребенка бывают периоды глубокого сосредоточения.* Детям обычно несвойственны периоды длительного внимания, но одаренные дети способны на более длинные периоды сосредоточения внимания, чем не одаренные.

6. *Имеет хорошую память.* Некоторые одаренные дети способны помнить вещи, которые случились с ними в более раннем возрасте. Например, двухлетний малыш может вспомнить (без напоминания со стороны взрослых) эпизод, который случился с ним, когда ему было 1,5 года.

7. *Имеет "продвинутый" словарный запас.* Если ребенок рано заговорил, это не обязательно говорит о его одаренности, но если ваш малыш использует "продвинутые" слова и предложения, то он действительно может быть таким умным, как вы думаете. Например, обычно двухлетние дети говорят такими фразами "Там собачка". Одаренный ребенок может сказать: "В саду коричневая собачка. Она нюхает наши цветы".

8. *Уделяет внимание деталям.* У одаренного ребенка есть пристрастие к деталям. Ребенок постарше может желать знать, как устроены вещи, как они работают. А ребенок помладше может положить игрушки туда, откуда он их взял, или заметить, если какую-то вещь передвинули с ее привычного места.

9. Действует как собственный критик. Обычно дети не очень озабочены тем, что делают они сами или другие дети, если только у их друзей нет игрушки, в которую они бы поиграли. Одаренные же дети уделяют внимание тому, что делают другие, но более всего они критично относятся к себе. Например, ребенок, который выиграл соревнование по плаванию, может сказать: "Жаль, что я не улучшил свой собственный рекорд".

10. *Понимает сложные понятия.* Дети, которые высоко развиты интеллектуально, способны воспринимать сложные понятия и отношения и думать абстрактно. Они способны понимать глубинные проблемы и думать об их решениях.

В сфере психосоциального развития одарённым детям свойственны следующие черты:



1. Сильно развитое чувство справедливости, проявляющееся очень рано, в силу рано сформировавшихся личных систем ценности дети остро воспринимают общественную несправедливость, устанавливают высокие требования к себе и окружающим, живо откликаются на правду, справедливость, гармонию.

2. Хорошо развитое чувство юмора. Обожают несообразительности, игру слов, «подковырки», часто видят там, где сверстники его не обнаруживают.

3. Попытки решать проблемы, которые им пока «не по зубкам».

4. Преувеличенные страхи, в силу их чрезмерной восприимчивости и способности воображать.

Психологами доказано, что умственная работа, выполняемая не из-за чувства долга, не для получения высокой отметки и не для того, чтобы победить на олимпиаде или в конкурсе, а потому, что хочется самому, то есть на основе внутренней потребности, тесно связана с деятельностью центра положительных эмоций. Этот выявленный экспериментально факт дополнен утверждением о том, что лишь деятельность, мотивированная подобным образом, содействует развитию данных способностей.

Растим мальчиков, растим девочек



Попробуйте понаблюдать за младенцем некоторое время. Полчаса или час. И вы обязательно поймете, кто перед вами. Дети даже в таком маленьком возрасте ведут себя по-разному. Когда дети начинают осознавать свой пол? И как?

В идеале мама и папа должны быть для детей образцами женственности и мужественности. Тогда самоопределение ребенка будет вполне естественным.

А как мы с ними себя ведем? Одинаково ли отец прикасается к сыну и к дочери? Когда он держит на руках сына, учитывает ли он, что перед ним будущий мужчина. Если так, тогда не стоит его особенно ласкать. Это так? Что мы позволяем девочке, а не позволяем мальчику?

Вспомните, как вы реагируете, когда мальчик начинает плакать. Чаще всего мы говорим: «Прекрати, ты же мальчик. Мальчики не плачут!» А что мы говорим, когда девочка начинает кричать или драться. Вспоминаете? «Ты же девочка! Разве так можно?» И куда, по вашему мнению, ребенку девать свой гнев или слезы? Ведь они есть. Они уже возникли.



С детства мы приучаем мальчика не проявлять свои слабости. Говорим: «Ты должен быть сильным!» И это нормально. Мужчина должен быть сильным. Но потом мы жалуемся на бездушие наших сыновей. Возможно, вместе с необходимыми словами о силе, важно сочувствовать парню тогда, когда ему тяжело. Можно сказать: «Я знаю, что ты сильный. Я верю, что ты обязательно решишь эту проблему. И я сочувствую тебе. Я знаю, что тебе сейчас очень тяжело. Чем я могу тебе помочь?» Это очень важно делать. Тогда мальчик будет расти вместе с Вами сильным, и чувствительным. Он будет уверен в себе и в своих силах, с одной стороны. А с другой, он будет знать, что он может обратиться за помощью, если ему будет трудно.

Когда мы говорим девочке: «Не злись. Не дерись» тем самым приучаем ее молчать, когда ее обижают, скрывать свои чувства, терпеть. Обычно не принято приучать девочку защищаться кулаками. Но все же, очень важно научить ее защищаться. девочка имеет право чувствовать злость. Давайте признаем, что даже выражать ее, так же, как и парень. И даже когда не хватает слов, она имеет право применить силу для защиты себя. Мы не хотим убедить вас в том, что нужно учить девочку драться. Важно учить ее и

Когда мы говорим девочке: «Не злись. Не дерись» тем самым приучаем ее молчать, когда ее обижают, скрывать свои чувства, терпеть. Обычно не принято приучать девочку защищаться кулаками. Но все же, очень важно научить ее защищаться. девочка имеет право чувствовать злость. Давайте признаем, что даже выражать ее, так же, как и парень. И даже когда не хватает слов, она имеет право применить силу для защиты себя. Мы не хотим убедить вас в том, что нужно учить девочку драться. Важно учить ее и

другим средствам защиты. Можно сказать ей: «Я вижу, что ты злишься и это нормально. Не надо драться сразу. Есть другие способы защищать себя. Ты можешь сказать обидчику: «Мне не нравится, что ты меня обижаешь. Если ты будешь делать это дальше, я буду защищаться. «Можно сказать также, что вы готовы помочь ей придумать вместе, как нужно было поступить в том или подобном случае. Таким образом, вы покажете девочке, что защищать себя - это хорошо. Только важно выбрать подходящую форму.

Попробуйте увидеть в своей дочери или в своем сыне не только объект воспитания, но и человека, с которым можно о чем-то просто поговорить. Подумайте вместе с ребенком, и у вас появится много общих занятий. Папа с сыном могут вместе ходить на футбол, на рыбалку. Мама с дочкой могут, например, вместе пройтись по магазинам, зайти в парикмахерскую. Большинство родителей продолжают предлагать своим детям одни и те же игрушки: для девочек - куклы и столы с игрушечным посудой, для мальчиков - грузовики и пистолеты. Часто именно взрослым становится сложно принять тот факт, что дети хотят играть различными игрушками, и тогда можно услышать диалоги, подобные этому:

- Мама, купи мне куклу!
- Нет, сын, куклы для девочек, а ты - мальчик, мальчики не играют в куклы.
- Мама, ну купи мне куклу!!!
- Ладно, если тебе так хочется куклу, то почему бы нам не приобрести Кена или Человека-Паука?
- Мама!? ...

Если мальчик интересуется куклами или девочка играет в ковбоев - это вовсе не повод для волнений. В каждом из нас есть черты, присущие противоположному полу, и их ребенок тоже должен освоить. Ребенок сам подскажет нам, чего бы ему хотелось. Главное услышать его. Важно устанавливать отношения и проводить время с каждым ребенком отдельно. Иногда у ребенка есть потребность пообщаться с вами наедине. У него может быть к вам интимный вопрос.

И в конце, не стоит жестко разграничивать для ребенка «женский» и «мужской» миры физические и психологические различия. Навязывать детям разные игрушки, одежду, роли в социальных играх (пожарные и спасатели в мальчишеских и медсестры и учительницы в девичьих), - честно говоря, не так уж мы и далеки друг от друга. Главное, чтобы рядом с малышом были родители как образцы мужества и женственности.



Страхи в дошкольном возрасте.

Человеку свойственно чего-то бояться. А ребенку тем более: ведь его окружает такой огромный и пока еще неизведанный мир. Порой малыша может испугать то, что любому взрослому покажется абсолютно безопасным.

Страхи появляются у 40% детей и могут получить отголоски во взрослой жизни. Поэтому задача каждого родителя, воспитателя и педагога-психолога вовремя помочь ребенку справиться с его страхами.

Страх является наиболее опасной эмоцией. Это реакция на действительную или мнимую (но переживаемую как действительность) опасность. Организм человека устроен так, что борьба со страхом не может продолжаться долго. На биологическом уровне реакция на страх – выделение в кровь большого количества адреналина, вызывающего в организме человека гормональный взрыв. На психологическом уровне – это боязнь ситуаций (предметов, людей, событий), влекущих за собой выделение данного гормона.

Страхи у детей появляются вместе с познавательной деятельностью, когда ребенок растет и начинает исследовать окружающий мир. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые. Поэтому от того, насколько грамотны будут наши слова и поведение, зависит психическое здоровье малыша.

Как возникают детские страхи?



Все маленькие дети чего-нибудь да боятся. Но очень многие родители даже не знают о страхах своего ребенка. Такая ситуация не только парадоксальна, но и опасна, потому что именно страх сплошь и рядом закладывается многими родителями в основу выработки послушания. Зачастую, совершенно не задумываясь о последствиях, мы вызываем страх, чтобы заставить ребенка сделать то, что считаем необходимым. Ребенок не слушается (например, не убирает свои игрушки). К чему мы прибегаем в этой ситуации?

- Повышаем голос (вызывая страх громкими звуками и необычными интонациями).
- Приводим в пример себя: «Ведь мама и папа всегда убирают свои вещи» (пробуждая у ребенка страх оказаться недостойным своих идеальных родителей).
- Угрожаем лишениями, вызывая страх потери: «Придет Петя, я ему отдам твои игрушки, потому, что он хороший мальчик»; «Не разрешу смотреть мультфильм»; «Не пойдешь в зоопарк»; «Больше не буду тебе покупать никаких игрушек» и т.д.
- Пукаем в ход телесные наказания, вызывая страх боли и унижения.
- И, наконец, прямо страшаем: «Запру в ванной и выключу свет»; «Выставлю на лестницу, уйду и не вернусь»; «Посажу тебя в мешок и

выброшу на помойку»; «Не будешь слушаться — тебя заберут хулиганы и бандиты»; «От того, что ты меня не слушаешь, я заболею и умру». Такие угрозы формируют у ребенка страх темноты, одиночества, смерти, злых людей (хулиганов, бандитов и т.п.).

Таким образом, чтобы избавить ребенка от страхов, необходимо, прежде всего, критически оценить семейную ситуацию, проанализировать свое родительское поведение. Нередко детские страхи вызываются конфликтами в семье. Причем, взрослые зачастую об этом не подозревают, так как дети могут внешне не показывать своего беспокойства. Но у него вдруг начинается тик, заикание, энурез, страх одиночества, темноты и т.д. Кроме того, очень часто страхи появляются у детей, когда их чересчур опекают. Заботящиеся о безопасности малыша родители на каждом шагу дают ему



предостережения, из которых он узнает, что мир вокруг него грозен и опасен: «Не бегай!»; «Не трогай!»; «Нельзя!»; «Туда не лезь!». А на вполне естественные вопросы ребенка «почему?» родители пытаются отделаться грубой шуткой, претендуя на оригинальность: «По кочану!» или отвечают предельно лаконично: «Нельзя и всё!», отсюда появляются яркие фантазии. Главное, конечно, коренится не во внешних обстоятельствах, а в особенностях психики ребенка. Ранимые,

чувствительные, впечатлительные дети чаще подвержены страхам. Особенно тяжело приходится мальчикам, поскольку от них, естественно, ожидают большей смелости, чем от девочек. Поэтому мальчик с хрупкой психикой оказывается зажатым в двойные тиски. Его мучает не только страх, но и стыд за свой страх. Родителям следует помнить, что они ни в коем случае не должны смеяться над боязливым ребенком. Ребенок замкнется в себе, перестанет доверять взрослым. Хорошо, когда родители (и в первую очередь, папы) рассказывают детям о своих детских страхах, — это вселяет в них уверенность. Ваш авторитет от этого не пошатнется, скорее наоборот, это вас сблизит.

Существует множество причин возникновения страхов у детей.

- Большое количество запретов.
- Предоставление полной свободы.
- Гиперопека, изоляция от общения с другими детьми, чрезмерная защита от опасностей.
- Страхи родителей могут передаваться ребёнку, это может произойти даже неосознанно.
- Одиночество, нехватка общения с родителями.
- Угрозы в семье, авторитарное и запугивающее воспитание («Быстро спать, а то сейчас баба-яга заберет!», «Не убегай, а то дядя тебя посадит в мешок и унесет с собой!», «Деток, которые плохо едят, забирает медведь в темный лес!»), гнев взрослых по отношению к ребенку.

- Боль.
- Ссоры родителей и негативные отношения в семье друг к другу.
- Черты характера: впечатлительность, ранимость, тревожность, пессимизм, мнительность, неуверенность в себе.
- Детские фантазии. В этом случае чаще всего страх возникает из-за страшной сказки, разговоры при ребёнке о смерти, болезнях, пожарах, убийствах, а также ребёнок может и сам придумать себе страх.
- Плохие взаимоотношения со сверстниками.
- Сравнение ребёнка с другими.

Возникновение того или иного страха зависит, в первую очередь, от характера ребёнка. Но чаще всего мы сами учим детей бояться одним неосторожным словом, запугиванием, даже самым безобидным на первый взгляд. Ребёнка может сильно испугать излишне эмоциональное предупреждение об опасности или же реакция на неё взрослого.

Виды страхов

Выделяют два основных вида детских страхов это «немые» и «невидимки».

«Немые» - это когда родители замечают у ребёнка тот или иной страх, а ребёнок его отрицает. Например: страх громкого звука, чужих людей и т.д.

«Невидимки» - это совсем противоположный «немому» страху, т.е. ребенок признаёт страх, а родители не замечают. Такой вид страхов наиболее распространён, это, например, страх перед наказанием, вида крови.



Некоторые из страхов сопровождают определённый возрастной период. Для детей 3-4 лет характерны следующие: страхи, связанные с фантазированием, а также страх темноты, одиночества, замкнутого пространства, перед сказочными и мифическими персонажами (Баба Яга, Кощей, Бармалей, «бабайка»). Также довольно часто встречаются страх боли, врачей, смерти.

Страх замкнутого пространства без определённой коррекции может перерасти в болезнь – клаустрофобию.

Навязчивые страхи – эти страхи ребенок испытывает в определенных, конкретных ситуациях, он боится обстоятельств, которые могут их за собой повлечь. К таким страхам относятся, например, страх высоты, закрытых и открытых пространств и др.

Бредовые страхи – самая тяжелая форма страхов, причину появления которых найти невозможно. Например, почему ребенок боится играть с какой-то игрушкой или не хочет надевать какую-то одежду. Их наличие часто указывает на серьезные отклонения в психике малыша. Однако не стоит торопиться ставить какой-либо диагноз. Возможно, причина окажется вполне логичной. Например, он боится надевать определенные ботиночки,

потому что когда-то в них поскользнулся и упал, больно ударившись, и теперь опасается повторения ситуации.

Сверхценные страхи – самый распространенный вид. Они связаны с идеями фикс и вызваны собственной фантазией ребенка. В 90% случаев практикующие психологи сталкиваются именно с ними. Сначала эти страхи соответствуют какой-либо жизненной ситуации, а потом становятся настолько значимыми, что ни о чем другом ребенок думать не может.

К детскому сверхценному страху можно отнести страх темноты, в которой детское воображение поселяет ужасных ведьм, оборотней и призраков, сказочных персонажей, а также страх потеряться, нападения, воды, огня, боли и резких звуков.

Страх смерти. Обычно он появляется у детей лет в шесть и не является отклонением. Когда ребенок вдруг осознает, что и он сам, и люди вокруг него смертны, — это бывает для него серьезным потрясением. На некоторых детей это открытие производит тяжелое впечатление и долго еще не дает им покоя. Родителям стоит проанализировать свое поведение: не страдают ли они сами повышенной тревожностью, не зациклены ли на болезнях своих и детских, на разговорах о тяжелой и опасной жизни? Детям до девяти-десяти лет (особенно нервным и ранимым) лучше не видеть покойников и не присутствовать на похоронах. Для них это непосильное переживание, которое затем может вызвать скрытые навязчивые страхи. Последствия таких психических травм порой аукаются через много лет. Это не означает, что при детях вообще не следует упоминать про умерших родственников. Напротив, следует. Ведь такие разговоры выступают, как косвенное доказательство «жизни после жизни» (если человека вспоминают, он не покинул нас окончательно, а продолжает жить в наших сердцах).

Страх социальных потрясений. Увы, в наше время такие страхи, в основе которых лежит все тот же страх смерти, становятся все более обоснованными. Поэтому взрослым надо постараться не повышать у ребенка чувство тревожности: не смотреть при нем новости, в которых то и дело рассказывают про катастрофы, войны, насилие, убийства и т.д. Родители могут отчасти помочь преодолеть эти страхи, если скажут: «Да, угроза существует, но это не обязательно должно случиться. Тот, кто соблюдает осторожность, - не попадает в опасные ситуации».



обучать ребенка тем элементарным мерам предосторожности, которые помогут избежать насилия, не запугивая и не нагнетая страха.

Страх наказания. Такая форма фобии у детей совсем необязательно говорит о том, что их родители поминутно хватаются за ремень. Часто взрослые и пальцем ребенка не трогают, но обращаются с ним слишком властно, не допуская возражений или предъявляя завышенные требования. В атмосфере диктата в детской душе поселяется страх — не соответствовать

родительским притязаниям, и, как следствие, возникает страх стать нелюбимым, страх быть отвергнутым родителями. А ведь для ребенка нет худшего наказания, чем это!



Ребенок боится темноты

Одним из наиболее распространенных страхов у детей является страх темноты или никтофобия. С этим явлением сталкиваются многие родители: ребенок настойчиво просится в спальню к родителям, отказывается засыпать с выключенным светом или закрытой дверью, просит, чтобы мама

подольше оставалась с ним. Страх темноты тянется из глубины веков, из доисторического периода, когда свет означал безопасность, тепло, защиту. Темноты обычно боятся дети в дошкольном и (реже) младшем школьном возрасте, основной период, на который приходится этот страх: 2-7 лет. В этом возрасте родители могут помочь ребенку преодолеть страх. Если темноты боится подросток 13 и старше лет, это сигнал, что уже может потребоваться помощь специалиста: страх темноты порой сохраняется и у взрослых людей.

Причины появления страха темноты у детей. Это может быть конкретная ситуация: ребенка напугал кто-то или что-то в темной комнате. Иногда родственники пугают детей сознательно: кто-то просто потому, что ему это кажется веселым, а кто-то с «благой» целью – например, желая вылечить заикание малыша. Делать так нельзя ни в коем случае: подобное «лечение-развлечение» может и взрослого шокировать, а у ребенка запросто усугубит ситуацию. Другая причина появления страха темноты – внушенный страх. Здесь возможны 2 варианта: первый это запугивание чудовищем и прочими бабаями – «Не будешь спать, тебя домовая заберет». Второй – неверное объяснение, почему надо спать: «Не выспишься, будешь капризный». Здесь ребенок воспринимает вторую часть фразы, как пояснение, программирование на то, как себя надо будет вести. Прекрасной почвой для появления страха темноты служит вечерний просмотр страшных мультфильмов или кино, новостей. Во многих семьях телевизор почти не выключается: но то, на что взрослые не обращают внимания, успешно впитывается ребенком, трансформируясь в страхи и кошмары.

Этому же способствуют страшные сказки и рассказы, а также «добрые» рассказы взрослых о злых существах, живущих в вентиляции, канализации или мебели. Фраза бабушки о том, что в шкафу сидит черт, который по ночам ходит по квартире, способна сильно испортить малышу жизнь. И конечно же, на развитие страха темноты влияет внутрисемейная обстановка. Конфликты, скандалы, занятость собственной жизнью провоцируют появление у ребенка чувства неуверенности, отсутствия защиты в родном доме. Такие эмоции

могут вылиться в ночные страхи, в частности, страх темноты, который сохранится и в более старшем возрасте.

Как помочь ребенку преодолеть страх?

Если речь идет о страхе темноты у подростков или о травмирующей ситуации, может понадобиться консультация специалиста. Если же родители хотят помочь дошкольнику пережить возрастной страх, то важно понять, что объяснение «В темноте нет ничего страшного» для малыша неубедительно. Это для вас в ней нет ничего пугающего, а в той темноте, которую боится ребенок, таятся злые и агрессивные существа. Нужно постараться вызвать у него чувство безопасности: оставлять ночник или приоткрывать дверь, разрешать брать в постель любимую игрушку. Также можно назначить какую-то из игрушек «охранником, стражем», который будет охранять сон малыша. Нельзя ругать ребенка за то, что он боится темноты: он научится скрывать страх, но это не решит проблему, а лишь вытеснит его в глубь психики. Хорошим помощником в преодолении страхов является творчество: страх можно нарисовать, а потом уничтожить его – порезать на кусочки, сжечь, выкинуть.

Как преодолеть страхи

Почти все детские страхи временные и поддаются коррекции. Но, несмотря на это, родители ни в коем случае не должны игнорировать.

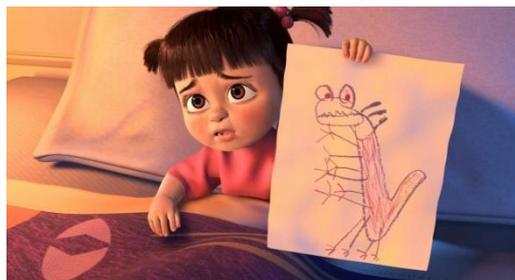
Способы преодоления страха.

- Часто для преодоления страха родителям нужно лишь больше проводить времени с ребенком, например, поиграть вместе.

- Разговор с малышом, чем больше говорить о страхе, тем быстрее он перестанет бояться.

- Сочинить сказку о страхе, который беспокоит малыша, а в конце победить его.

- Нарисовать страх. Тут есть два пути: нарисовать и сжечь и при этом объяснить, что его больше нет, или нарисовать его смешным, страх уже не будет казаться таким пугающим. Но данная методика недопустима, если причиной страха служит событие, произошедшее совсем недавно (например, укус собаки).



- Общение со сверстниками на тему общего страха.

- Поделиться страхом, который был в детстве и обязательно рассказать о том, как перестали бояться.

Родители должны помнить, что во многом всё зависит от Вас, умением вовремя успокоить, адекватно отреагировать на возникший страх, сказать теплое слово. В тех случаях, если в домашних условиях страх преодолеть не получилось, необходимо обратиться к детскому психологу.

Подготовка руки ребенка к письму



Письмо – это сложный для ребенка навык, который требует выполнения тонко-координированных движений, слаженной работы мелких мышц кисти руки, способности к сосредоточению, способности управлять своей деятельностью. Овладение письмом – трудоемкий

процесс, который обычно приходится на первые месяцы пребывания детей в школе. Однако и в дошкольные годы в семье, и в детском саду можно сделать очень многое, чтобы подготовить малыша к этому процессу и облегчить будущему первоклашке процесс овладения письмом.

Важно именно подготовить руку к письму в дошкольные годы, а не научить ребенка писать. Это две совершенно разные задачи!

Подготовка руки к письму в дошкольном возрасте включает несколько направлений:

- развитие ручной умелости (создание поделок, конструирование, рисование, лепка, в которых развивается мелкая моторика, глазомер, аккуратность, умение довести начатое дело до конца, внимание, пространственная ориентация),

- развитие у детей чувства ритма, умения согласовывать слово и движение в определенном ритме,

- развитие графических умений (это происходит в процессе рисования и графических работ – рисование по клеточкам, раскрашивание, штриховки и других видов заданий),

- развитие пространственной ориентации (умение ориентироваться на листе бумаги: справа, слева, в верхнем правом углу, посередине, в верхней строчке, в нижней строчке) – подробнее о системе занимательных игр для развития пространственной ориентации читайте в статье «Ориентация в пространстве».

Подготовка руки к письму: определение ведущей руки у ребенка

Перед тем, как делать с ребенком графические упражнения, нужно выявить его ведущую руку. Иногда это просто, так как уже понятно, что ребенок – правша. Или что он явно левша. А иногда ребенок делает все задания то одной, то другой рукой. Почему? Какая рука у него ведущая? Как и когда определять ведущую руку у детей дошкольного возраста, Вы узнаете из статьи «Как узнать, правша или левша: тесты для определения ведущей руки ребенка».

Подготовка руки к письму: развитие ручной умелости

Развитие ручной умелости всегда было одной из важных задач воспитания детей дошкольного возраста. Интересные «ручные работы» это: складывание из бумаги – аналогия современного оригами; конструирование из палочек; выкладывание фигурок из палочек и лучинок, нанизывание, плетение узоров из полосок бумаги, пальчиковые игры и т. д.

Подготовка руки к письму: как определить уровень готовности руки ребенка к письму?

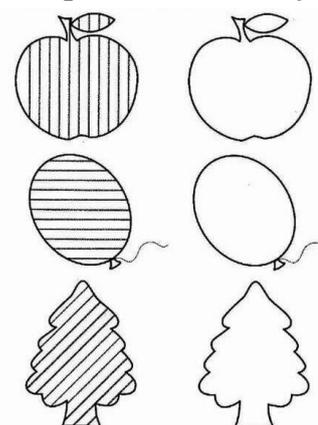
Дома можно провести с ребенком несколько простых упражнений, которые помогут определить, достаточно ли хорошо развита у малыша мелкая моторика и готова ли его рука к письму. Приведу в пример два традиционных задания (их часто дают детям при поступлении в школу).

Задание 1. Рисуем круг. Покажите ребенку нарисованный на листе бумаги круг. Диаметр круга 3-3,5 см. И попросите ребенка нарисовать точно такой же круг на его листе бумаги (простым карандашом).

Если кисть руки ребенка развита слабо, то могут наблюдаться такие признаки:

- вместо круга получится овал или круг выйдет слишком маленького размера,
- линия будет прерывистой, угловатой, неровной; вместо одного плавного движения руки при рисовании круга у ребенка будет много мелких прерывистых движений кисти руки при рисовании,
- ребенок будет стремиться зафиксировать кисть руки неподвижно на листе бумаги.

Задание 2. Штриховка. Предложите ребенку заштриховать силуэт простого предмета (домик, кораблик, яблоко или любой другой) прямыми линиями, не выходя за границы силуэта. Покажите образец – как можно штриховать (горизонтальная штриховка, вертикальная штриховка, диагональная штриховка) Ребенок сам выбирает, в каком направлении он будет штриховать.



Если рука недостаточно хорошо развита, то малыш станет постоянно переворачивать изображение (так как не может поменять направление действия рукой).

Подготовка руки к письму: учимся правильно держать ручку и карандаш



Как правильно и неправильно держать карандаш при письме и выполнении графических работ: это надо знать!

Признаки неправильного навыка использования карандаша или ручки ребенком – дошкольником:

Первое. Ребенок неправильно держит карандаш и ручку – он держит «щепотью» (собирает пальцы в горсть вместе) или даже в кулаке.

Второе. Неправильное положение пальцев при удерживании ручки или карандаша. Оно проявляется в том, что карандаш лежит не на среднем пальчике, а на указательном.

Третье. Ребенок держит карандаш или ручку слишком близко к грифелю, либо слишком далеко от него.

Упражнения для пальчиков

«Подними пальчики». Руки лежат на столе ладонями вниз. Нужно поднять пальчики по одному сначала на одной руке, потом на другой. Затем упражнение повторяется в обратном порядке.

«Собери палочки в корзинку». Положите на стол 10-15 счетных палочек. Если их нет – можно заменить карандашами или другими предметами такой же формы (палочки для коктейля и так далее). Задание – одной рукой собрать все палочки по штуке в кулак, не помогая второй рукой. Затем так же по одной палочке выложить их на стол.



«Шаги». Будем шагать по столу пальчиками. Зажимаем карандаш между указательным и средним пальчиками (карандаш придерживается второй фалангой пальцев). И в таком положении делаем шаги пальчиками по столу. Нужно шагать, крепко зажав карандаш, чтобы не уронить его. Шаги получаются очень маленькие.

Как подготовить ребенка к школе



На будущий год Ваш ребенок пойдет в первый класс. Перед родителями встают вопросы:

- * Как подготовить ребенка к школе?
- * Когда начать подготовку?
- * На что нужно обратить внимание, чтобы переход из ДООУ в школу был менее болезненным?

Некоторые родители под готовностью к школе понимают только умение ребенка читать, считать. Однако готовность к школе - это и физическая, и нравственная, и психологическая, и мыслительная готовность к обучению. В школе ученику придется работать на уроке, сосредоточенно заниматься в течение 35 минут. Это нелегко. Посещая уроки в первых классах, видишь с каким трудом адаптируются к школе некоторые первоклассники (неустойчивое внимание, неусидчивость, быстрое утомление).

Намного легче преодолеть эту трудность детям, посещающим ДООУ, где они ежедневно занимаются, вырабатывают произвольное внимание, учатся мыслить, говорить, доказывать. С чего начать подготовку к школе? В первую очередь надо начинать с развития речи. Работая над развитием речи ребенка, важно научить его отвечать на вопросы не одним словом, а полным ответом, научить составлять предложения в 2-3 слова, а затем и связный рассказ в 3-5 предложений.

К первому классу ребенок должен определять количество слов в предложении, называть первое, второе, третье слово; выделять звук из слова, давать ему характеристику, соотносить его с печатной буквой. Ребенок должен уметь пересказать прочитанную сказку, рассказ, вести диалог, составлять простой рассказ по картинке, уловить и объяснить смысл прочитанного. Очень важно к началу обучения поставить произношение всех звуков, научить ребенка строить предложения, описывать серию картинок, связывать начало, продолжение и конец рассказа.

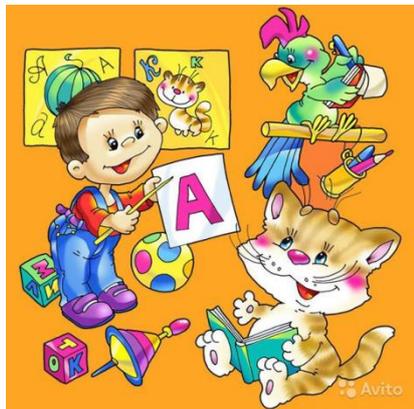
Взрослые должны следить за темпом и окраской речи ребенка, постоянно следить за правильностью речи (при необходимости исправлять речевые ошибки), втягивать в разговор даже при чтении, после просмотра кинофильма. Пусть перескажут сюжет, опишут героев, придумают слова с противоположным значением (жарко - холодно, высокий - низкий, широкий - узкий), слова, сходные по значению (идти - шагать, опрятный - аккуратный), образуют уменьшительные слова, закончат начатое предложение. Такие упражнения способствуют расширению словарного запаса учащихся. При обучении детей в школе учитель часто опирается на имеющиеся у детей

знания, представления о Родине, о труде людей, о животных, о растениях, о космосе, о явлениях природы и т. д.

Взрослым нужно постоянно задавать детям вопросы, требующие размышлений. Такие вопросы заставят ребенка внимательнее вглядываться в окружающий мир, сравнивать, анализировать, делать умозаключения. Часто дети сами задают много вопросов. И от того, какие ответы они получают, во многом зависит их интеллектуальное развитие. Положительное влияние на развитие речи детей оказывают радио и телевидение, однако родители должны контролировать какие передачи смотрит ребенок и сколько времени он проводит у телевизора. И последнее, что касается развития речи. Позаботьтесь о том, чтобы ваш ребенок внятно произносил все звуки, т.к. это залог грамотного письма. Если же у ребенка встречаются дефекты речи, его нужно показать логопеду, и как можно скорее устранить эти дефекты.

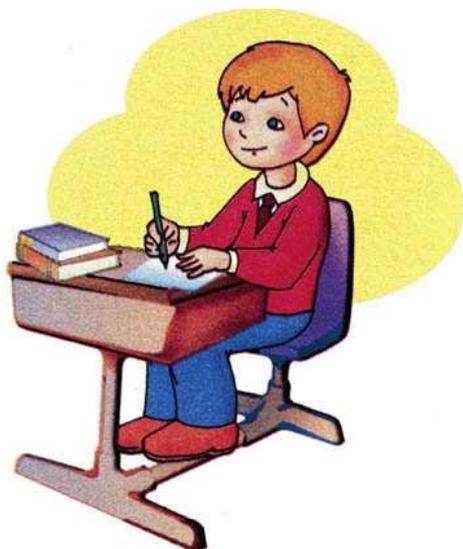


Какими знаниями должен обладать ребенок, чтобы учение было для него радостью? Некоторые родители считают, что если ребенок пришел в школу читающим, то ему будет скучно и неинтересно на уроках. Они сознательно "тормозят" процесс познания. Другие родители занимаются дополнительно, стремясь вооружить знаниями ребенка. Как поступить? Если хотите избавить ребенка от проблем, то нужно научить его читать до школы, т. к. процесс обучения грамоте - сложный.



Психологи пришли к мнению, что легче всего добиваются успехов дети, которые обучились чтению до 6 лет. Однако нужно помнить, что обучение должно быть организовано в виде игры, поддерживать интерес и увлеченность в ребенке. Важно, чтобы чтение было плавным, слоговым, без повторов. Нельзя допускать побуквенного чтения. А вот обучать письменному шрифту не стоит, хотя самые большие трудности у детей возникают именно при обучении письму. Чтобы

подготовить руку к письму, следует больше лепить, рисовать, штриховать, шить, работать с мелкими деталями конструктора или мозаики. Конечно, ваш ребенок будет пытаться писать ручкой. Важно проследить за тем, какая ручка в руках ребенка (Она должна быть легкой, ровной в месте захвата, иметь ограниченный контур, ниже которого пальцы не должны опускаться) и как он ее держит (при письме ручку держат тремя пальцами: большим - слева, средним поддерживать справа, указательный палец сверху направляет движение ручки, конец ручки "смотрит" в сторону плеча).



Следующий вопрос, на который следует обратить внимание - это правильная посадка детей при письме. Неправильная поза при письме приводит к нарушению осанки, появлению сколиоза. Необходимо соблюдать следующие правила: * При занятиях письмом ноги должны иметь опору (стоять на полу или на подставке); * Туловище нужно удерживать к вертикальному положению, не наваливаться на край стола. Расстояние между краем стола и грудью должно быть не менее 5 см ; * Голова слегка наклонена к столу. Наклоны в сторону должны немедленно

исправляться;

* Оба предплечья при письме лежат на столе под прямым углом друг к другу, слегка выдаваясь за край косточкой локтевого сустава.

* Тетрадь следует располагать наклонно (правый угол должен быть выше левого) напротив середины груди, продвигая ее вверх по мере письма.

Для ребенка переход в школу - трудный и ответственный период в его жизни. И от родителей требуется особое внимание. В семье должна царить добрая нравственная атмосфера, уважение друг к другу. Родительское влияние в данный момент самое сильное, самое действенное. От родителей зависит многое, т.к. ребенка нужно приучить к самостоятельности, организованности, аккуратности. Именно этих качеств не хватает нашим первоклассникам. К примеру, за время перерыва нужно подготовиться к уроку, сходить в туалет, отдохнуть. Звенит звонок, а дети все еще копаются в портфелях, щелкают пеналами. Поэтому все, что посылно ребенку дома, он должен делать сам: заправить кровать, убрать со стола, почистить свою обувь, поесть быстро и аккуратно.



Особое внимание нужно обратить на режим дня. Взрослые должны хорошо усвоить, что к режиму дня детей приучают постепенно и настойчиво. Следует учить их не тратить много времени на режимные моменты, уметь поддерживать порядок в вещах, помогать по хозяйству. Важно развивать такие качества, как самостоятельность и активность, что является важным показателем

готовности ребенка к обучению. Учителю хорошо видно, насколько уверенно и легко входят в учебную деятельность дети с высоким уровнем самостоятельности, и как много проблем у тех, кто не умеет делать сам, ждет

поддержки и помощи взрослых. Именно поэтому у каждого ребенка должны быть посильные домашние обязанности, выполняя которые ребенок заставляет себя делать то, что кажется трудным и неинтересным. Взрослые должны знать, что именно трудности развивают в детях способности, необходимые для их преодоления.

Ответственность должна постепенно становиться привычной деятельностью. Это качество определяет готовность ребенка к обучению в школе. Учеба в школе - это ответственность перед семьей, перед самим собой. Адаптация ребенка к школе пройдет быстрее, если у него будут воспитаны навыки общественного поведения: Вежливость, сдержанность, послушание. В возрасте 6-7 лет ребенок должен внимательно, не перебивая слушать взрослого, не вмешиваться в разговор старших, быть предупредительным с товарищами. Если ребенок не умеет считаться с другими людьми, ему будет сложнее установить дружеские отношения с детьми, войти в школьный коллектив.

Взрослые должны помнить, что средствами воспитания навыков общественного поведения являются: пример взрослых, справедливая оценка поступков ребенка, постоянные напоминания об общепринятых правилах поведения. Первый год в школе - сложный период. Иногда родители могут спровоцировать "школьный стресс", желая сиюминутных успехов, не учитывая психологические особенности ребенка.



Каковы показатели психологической готовности к школьному обучению?

- ❖ Ребенок имеет твердое желание и первоначальное умение учиться;
- ❖ Он обладает достаточно развитыми познавательными способностями;
- ❖ Умеет общаться и работать в коллективе;
- ❖ Правильно воспринимает оценку себя и своего поведения товарищами, учителями, взрослыми;
- ❖ Стремится к самосовершенствованию.



Ещё больше материалов для педагогов-дефектологов, логопедов, психологов вы найдёте здесь: методические материалы УМО

https://novdoshkolnik.blogspot.com/p/blog-page_7.html