

Три умения

Настоящим родителем позволяют стать три вещи:

- умение любить
- умение понимать
- умение поддерживать

Все очень просто: родители могут помочь детям достичь настоящей зрелости и силы только тогда, когда создадут атмосферу любви, понимания и поддержки в отношениях с ребенком (причем даже не с момента рождения, а с момента зарождения).

Эмоционально-напряженные ситуации

При возникновении эмоционально-напряженных ситуаций, важно помнить о следующих моментах:

- Старайтесь мыслить позитивно.
- Не принимайте близко к сердцу слова другого человека. Это бывает нелегко, особенно, если он Вас оскорбляет.
- Используйте правило «5 минут» (прежде, чем что-то предпринять, дайте себе время подумать).
- Если, рассердившись, Вы чем-то обидели человека и жалеете об этом, признайтесь в этом, извинитесь. Таким образом, Вы продемонстрируете пример того, как следует вести себя в подобных ситуациях.
- Спокойствие не означает бездействие. Случаются ситуации, когда необходимо повысить голос, но это должен быть уверенный, твердый голос, а используемые при этом слова не должны оскорблять другого человека.

Психологическая поддержка

Чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- Опирайтесь на его сильные стороны ребенка.
- Избегать подчеркивания промахов ребенка.
- Уметь демонстрировать любовь к ребенку.
- Проводить больше времени с ребенком.
- Ввести юмор во взаимоотношения с ребенком.
- Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
- Принимать индивидуальность ребенка.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
- Проявлять эмпатию и веру в Вашего ребенка.
- Демонстрировать оптимизм.

Психологическая поддержка

Чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- Опирайтесь на его сильные стороны ребенка.
- Избегать подчеркивания промахов ребенка.
- Уметь демонстрировать любовь к ребенку.
- Проводить больше времени с ребенком.
- Ввести юмор во взаимоотношения с ребенком.
- Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
- Принимать индивидуальность ребенка.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
- Проявлять эмпатию и веру в Вашего ребенка.
- Демонстрировать оптимизм.

Для родителей будущих первоклассников

Как часто учителя жалуются: дети приносят в класс массу игрушек, не понимают, почему на разрешают играть на уроках. Им неинтересно учиться, они не приучены ограничивать свои желания, не задумываются над своим поведением. Начинают что-то, бросают, начинают новое, опять бросают. Если не получается, раздражаются и отказываются вообще что-либо делать. Будущий первоклассник должен стремиться к школе осознанно, то есть так называемую положительную школьную мотивацию. Есть интерес к учению – есть мотив к учебной деятельности, а это означает, что ребенок хочет учиться.

С тревогой наблюдая за сыном-непоседой, мама говорит приятельнице: «Я просто не знаю, как он высидит целый урок на одном месте! Как он вообще будет учиться, он совершенно не умеет слушать. Да и потом его каждый может обидеть, он совершенно не может сдать сдачи...» Сын крутится тут же и, естественно, прекрасно слышит эти слова. Беспокойство мамы передается ребенку, он и так-то не очень уверен в себе, а теперь вряд ли с большой охотой подумает о школе. Плюс, еще разговоры о том, как в школе не удачно сложилось у детей знакомых; как неведомая Таня плачет по утрам, а у какого-то Саши конфликт с учительницей; Света не может в школе есть; Никита по четыре раза выполняет домашнюю работу, и вся семья участвует в этом процессе... Родители, которым так хочется, чтобы у детей все было замечательно, часто увлеченно обсуждают проблемы окружающих. Бывает так, что в сознании возникает мрачная картина будущего посещения учебного заведения. Это не означает, что взрослые должны постоянно в радужных красках расписывать школьную жизнь, изображая ее как непрерывный праздник, на котором ждут только успехи и отличные отметки. Но когда вы постоянно предупреждаете ребенка о том, что «вот в школе тебе не позволят», не будешь делать сейчас, в школе придется», «тебя вообще в школу не возьмут» и т.п., не ждите от маленького человека желания учиться в школе.

Постоянно, на разных примерах, объясняйте ребенку: для того, чтобы учиться, нужно прикладывать усилия. Не всегда приходится делать то, что нравится. Результат получается не сразу. Такому повзрослевшему, почти уже школьнику, надо следить за своим поведением, уметь вести себя как следует... Поэтому многим нашим детям не особенно хочется за парту.

Кто-то боится, что нахватает двоек, и его за это накажут; кого-то пугает непривычная дисциплина; кто-то опасается учительницы; кто-то просто не представляет, как будут обходиться полдня без бабушки...

Что делать если ребенку не хочется в школу?

Самый простой, казалось бы, способ – заставить! Ограничить игры, твердить «ты должен», «так надо»... но тогда занятия будут представляться как тяжелый труд – что в этом привлекательного? Работа из – по палки не принесет удовольствия, не доставит радости.

Тогда, может быть, будем, надеется, что все образуется само собой? Пусть себе играет вволю, делает что хочет – или вообще ничего не делает. При такой свободе действий можете себе представить, что будет в школе!

Как же воспитать у ребенка интерес к учению, желание учиться, при этом не отрывать его от чудесного мира детской игры, ведь детство проходит так быстро и уже не повторяется в будущем... Позволим себе несколько советов:

- Прежде всего, как это не покажется банально, любите ребенка. Маленький человек должен знать, что его любят таким, какой он есть, но это не значит, что родители не хотят помочь ему стать лучше. Ваше желание заниматься с ребенком должно быть совершенно искренним – вы с удовольствием с ним общаетесь, а неповинность отбываете.
- Вы должны быть по настоящему заинтересованы занятиями, ребенок почувствует, что вам это нужно, и будет стараться и ради себя, и ради вас. Ведь мама (папа, бабушка и т.д.) – это главный человек, и если маме интересно, то и мне тоже. А раз мама так радуется, что я занимаюсь, значит, это действительно здорово!
- Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. «Вот Петя прекрасно читает, а ты...» «Лена считает до 100, а ты только до 10» и т.д. Такие сравнения обижают и отбивают всякую охоту к совершенствованию. Сравняйте ребенка с ним самим: «Ты рисуешь гораздо лучше, чем раньше», «Теперь это у тебя получается».
- Отмечайте небольшие достижения ребенка, как громадные победы. Похвалить за дело – не грех, это поможет почувствовать успех и придаст уверенности, что и дальше все получится.
- Старайтесь всегда объяснять ребенку, опираясь на понятные примеры, зачем он выполняет то или иное задание, что он узнает нового. При этом цель работы должна быть ясной и понятной.
- Занимаясь с будущим школьником, двигайтесь от простого к сложному. Выработка любого навыка идет постепенно, и переходить к более трудным заданиям можно только после того, как выполнены более простые. Новые знания базируются на уже освоенных.
- Помните, что наибольшее удовольствие и наибольшая польза получается от той работы, которая проделана самостоятельно. Поэтому старайтесь давать ребенку возможность самостоятельных усилий и, следовательно, собственных достижений.

По материалам психолого-педагогической литературы

Гиперактивные дети

Рекомендации по работе с гиперактивными детьми:

- Поддерживайте четкий распорядок дня. Изю дня в день время приема пищи, выполнения домашних заданий и сон должны соответствовать этому распорядку.
- Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя», говорите сдержано, спокойно, мягко.
- Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию. В определенный отрезок времени давайте ребенку только одно задание, чтобы он мог его завершить.
- Избегайте мест и ситуаций, где собирается много людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее действие. Во время игр ограничивайте ребенка одним партнером.
- Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с кубиками, раскрашивание и т.п.). В отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его каждый раз, когда он это заслужил, подчеркивайте успехи. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.
- Давайте ребенку возможность для расходования избыточной энергии. Полезны ежедневные физические занятия на свежем воздухе, длительные прогулки, бег, бассейн. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению у него самоконтроля и нарастанию гиперактивности.