

## **Рекомендации психолога родителям дошкольника**

Семья – основная среда обитания ребенка. Здесь он делает первые шаги, начинает говорить и познавать мир. Роль родителей в воспитании ребенка сложно переоценить. Именно они закладывают фундамент будущего развития личности.

Особо остро ощущается вопрос воспитания детей дошкольного возраста, ведь они уже попадают в среду сверстников. И здесь как никогда обостряется обязанность родителей развивать детей физически, духовно и умственно.

Каждый ребенок рождается уже с заданными качествами характера и свойствами поведения. Родителям же необходимо выступить исключительно направляющим и корректирующим механизмом воспитания. Ни в коем случае нельзя переламывать или рушить личностные качества ребенка. Для соблюдения правильной стратегии воспитания ребенка необходимо соблюдать некоторые рекомендации.

*Советы психолога родителям дошкольника:*

- говорите ребенку о своей любви;
- хвалите его за успехи;
- не ограничивайте ребенка в самостоятельном подборе одежды;
- не повышайте голос на ребенка, если сорвались – извинитесь;
- не обманывайте детей, они в любом возрасте подражают вам;
- играйте и занимайтесь вместе с ребенком регулярно;
- умейте слышать и слушать;
- не устраивайте ссоры при детях;
- не создавайте тепличные условия, не ограничивайте ребенка от внешнего мира;
- не идеализируйте ребенка;
- не навязывайте чрезмерную любовь;
- не используйте чрезмерную грубость, авторитарность; исключите физические наказания;
- не перекладывайте на других заботы о вашем ребенке;
- в общении с ребенком всегда должно присутствовать чувство такта;
- у детей есть собственные материальные запросы, не игнорируйте их, но и не злоупотребляйте;
- учите ребенка доверять вам, и говорить правду о любых его действиях;

- если детей в семье двое, не разжигайте между ними ревность и соперничество. Всячески демонстрируйте, что они для Вас равные, и отношение к ним одинаковое;
- не демонстрируйте ребенку собственные негативные эмоции, связанные с работой или бытом;
- повышайте уровень самооценки ребенка;
- следите за тем, что бы между вами было полное доверие;
- избегайте длительных объяснений и сложных бесед;
- уважайте в ребенке индивидуальность;
- научите ребенка правильно распределять и планировать свое время;
- уважительно относитесь к увлечениям ребенка;
- привлекайте ребенка в различные формы труда.

Одно из важнейших правил воспитания:

**«Если Вы хотите вырастить хороших детей, тратьте на них в два раза меньше денег и в два раза больше времени»**

*Эстер Селсдон*

## Агрессивный ребенок.

...Ваш малыш преподносит все новые сюрпризы. И где только взять выдержку и терпение, чтобы эти сюрпризы принять.

Вчера он потребовал для игры хрустальную вазу, взял нож, чтобы подточить карандаш.

...Вы начали объяснять ему, что это нельзя. А он, не слушая объяснений, как закричит, как затопает ногами...Весь покраснел, волосы стали мокрыми...Залился слезами и бросился на пол...

Все в доме возбуждены и очень встревожены. Никто не знает, как надо вести себя с ним: наказывать или не обращать на это внимание. И как вообще теперь относиться ко всем его просьбам и пожеланиям.

Дать вазу — тотчас же разобьет, дать нож — порежется, а кипятком — просто обварится. Все запретишь — станет неуправляемым. Как быть? И есть ли выход из этого тупика?

Конечно, есть, и наиболее простой в тех случаях, когда такое поведение малыша лишь только связано с его возрастными особенностями.

Прежде всего, необходимо знать, что один из главных путей познания мира ребенком — это обычное подражание, и подражает ребенок взрослым. Вы бьете его, он вам отвечает, считая, что это дозволенно. А может, вообще драчливость у малыша возникла как подражание.

Наверное, однократные попытки агрессивного поведения встречаются у многих детей. От вас зависит, чтобы попытка не превратилась в закономерность. Ребенок эмоционально лабилен и не стремится любыми путями к цели, он может менять ее, лишь бы было на “что”, особенно если отвлечь его чем-то ему интересным. К примеру, он просит хрустальную вазу. Как только он выскажет это желание, не превращайте его в невозможное. А лучше разочарованно, махнув на вазу рукой, взять ее со стола и поднести к нему, искренне сетуя, что она тяжела, велика, и с ней невозможно играть. Как только ребенок прикоснется к ней, верните ее на стол и тут же без промедления, не давая ему опомниться, переключите его желание в новое русло. Возьмите карандаш и вместе с ним нарисуйте другую вазу, вырежьте ее и превратите в новую игрушку, придумывая на ходу какую-нибудь занимательную историю про эту вазу. Подхватывая ваши мысли и фантазируя вместе с вами, ребенок забудет о настоящей вазе и прежнем своем желании.

Когда же вместо ”отвлекающего маневра” звучит категоричное “нет” и весь ваш вид подчеркивает несостоятельность его желаний, ребенок полон обиды, считая, что вы относитесь к нему, как к маленькому. И он отстаивает свои права любой ценой.

В 3 года агрессивное поведение ребенка — это не чистая агрессивность скорее, это разновидность реакции протеста против взрослых. И если вы за это накажете малыша — реакция протеста нарастает. Теперь все будет делаться “на зло”, конфликт затянется.

Когда же вы не выдержите и сдадитесь, ребенок быстро сообразит, каким путем достиг победы. И стиль такого поведения закрепится надолго. Поэтому не забывайте о “золотой середине”. В 3 года ваш малыш способен “атаковать” обидчика не рассуждая, немедленно.

В 4-5 лет ребенок, прежде чем лезть в драку, способен объяснить и выразить протест. Он контролирует уже эмоции и чувства, учитывая нормы окружающей среды. Теперь малыш способен агрессивность направить в игровую форму: он то солдат, стреляющий в противника, то вдруг милиционер. Он понимает, что агрессивность причиняет боль другим, и весь свой гнев на близких взрослых и детей пытается перевести в игру.

В 5-6 лет агрессивный характер поведения — уже как специфическая форма взаимоотношения ребенка с другими окружающими его людьми, особенно со сверстниками, свидетельствуя о нарушении социальных контактов с ними.

Надо задуматься: ”почему?” Виноваты ли только насмешки детей или это связано с глубинными пластами отношений в семье? Что тревожит и беспокоит ребенка?

А может быть, ваша любовь носит только “оценочный” характер: он любим вами, только, когда хорош, красив и умен. Такая любовь подрывает веру ребенка в искренности вашей любви. Он хочет, чтобы вы любили его со всеми недостатками.

Говоря об агрессивности дошкольников, надо помнить, что источник ее, как в индивидуально-возрастных особенностях ребенка, так и в социальных факторах среды. Как фиксированная форма поведения, агрессивность закрепляется тогда, когда малыш не ощущает со стороны родителей ни нежности, ни любви и мечтает хоть каким-то способом привлечь внимание к себе.

Если ваш малыш агрессивен, лишний раз задумайтесь, действительно ли все благополучно у вас в семье.

### **Как надо вести себя родителям с агрессивным ребенком:**

- Первым делом нащупать все болевые точки в семье.
- Нормализовать семейные отношения.
- Ликвидировать все агрессивные формы поведения среди близких, помня, что ребенок подражая, видит все.
  - Принимать его таким, какой он есть, и любить со всеми недостатками.
  - Что-то, требуя от ребенка, учитывать возможности его, а не то, как вам хотелось бы это видеть.
  - Попытайтесь погасить конфликт еще в зародыше, направляя интерес ребенка в другое русло.
  - Научить его общению со сверстниками.
  - При драчливости ребенка главное — не разъярить, а предотвратить удар.

- Помнить, что и слово может ранить ребенка.
- Понимать ребенка.

### **Как не надо вести себя родителям с агрессивным ребенком:**

- Постоянно внушать ему, что он плохой.
- Негибкими воспитательными мероприятиями загонять ребенка в угол, ожесточая его.
  - Использовать агрессивные методы воспитания и наказания (шлепки, угол, ремень). Не забывайте, что агрессивность — это следствие враждебности, а воспитательные мероприятия — не орудия сражения.
  - Позволять ребенку даже нарочно стрелять во взрослых игрушечным пистолетом.
  - Не любить его или любить только “оценочной” любовью.

### **Ситуация для родителей:**

4-х летний Дима очень любит смотреть телевизор и может целыми часами вместе с папой смотреть любые кинофильмы, где совершаются насилия и грабежи. Но мама почему-то недовольна этим и постоянно запрещает папе включать такие передачи. А Диме не понятно, почему. И он, как папа, обижается на маму и даже вчера, шутя, навел внезапно на нее вдруг дуло пистолета, который папа купил ему в “Детском мире”. Но вместо того, чтобы понять шутку, мама Димы выхватила пистолет из его рук и выбросила в мусоропровод. А папа ей доказывал, под громкие рыдания ребенка, что это — издевательство над сыном, что мальчики не могут вырасти без пистолетов, насилие — у них в крови. И это главное, что отличает настоящего мужчину.

1. Правильно ли поступила мама Димы?
2. Правильно ли рассуждает папа Димы?
3. Что бы предприняли вы в подобной ситуации?

### **В качестве резюме по данному вопросу, хочется сказать следующее:**

Необходимо обучать агрессивных детей способам выражения гнева в приемлемой форме:

1. умение направить гнев на объект. При этом выражается основная жалоба, причем, в вежливой форме и, заявляется о своих чувствах.
2. переносу чувств на неопасные объекты (резиновые игрушки, каучуковые шарики, которые можно бросать в ванну, наполненную водой, подушки, поролоновые мячи, м и шень с дротиками, “стаканчик для крика”, спортивный инвентарь и т.д.
3. обучение детей приемам саморегуляции, самообладания. Как только агрессивного ребенка начнут одолевать незваные мысли и

желания, он может: тут же представить себе теплый чудесный день и улыбнуться; посчитать в уме медленно, например до 10.

4. формирование позитивных качеств личности (эмпатии, доверия к людям, доброты и т.д.). Считается, что развивать эмпатию и формировать другие качества личности можно во время совместного чтения взрослого и ребенка. Обсуждая прочитанное, взрослый поощряет выражение ребенком своих чувств. Кроме того, очень полезно сочинять с ребенком проблемные сказки, истории; вести с ребенком дневник его успехов и хороших качеств.

## АДАПТАЦИЯ БЕЗ УГРОЗ И ОБЕЩАНИЙ.

Часто дети тяжело привыкают к детскому саду. Это и понятно. Ведь они попадают в новую среду, к незнакомым людям. И тут очень важно, как поведут себя родители. От их знаний во многом зависит готовность ребенка к встрече с новым коллективом, с новыми условиями.

### Какова роль родителей в организации подготовительного периода?

Родители должны знать, что от сформированности навыков адаптивного поведения и самообслуживания во многом зависит успешность пребывания ребенка в дошкольном учреждении. Ребенок должен знать, как поздороваться с воспитателем и с другими детьми, как тактично привлечь к себе внимание взрослого, как обратиться с просьбой. Ему будет легче войти в коллектив, если он будет знать не только имена и отчества воспитателей, но и будет знаком с одним или несколькими детьми группы еще до прихода в детский сад. Кроме этого ребенок должен знать, в каких случаях ему следует обращаться за помощью или советом к воспитателям. Все эти знания ребенок может приобрести, наблюдая за другими детьми, а также дома, в ролевых играх с родителями.

Характер адаптации ребенка во многом зависит от того, что рассказывают родители о дошкольном учреждении. Бывает так, что родители неосмотрительно говорят: «Будешь одеваться сам! Вот пойдешь в детский сад, тебя там быстро научат самостоятельности». Бывает и наоборот, родители обещают ребенку в детском саду «райскую жизнь»: «В детском саду тебе будет очень хорошо. Там много интересного, много новых игрушек. У тебя будет много новых друзей. Там добрая тетя-воспитательница будет разрешать тебе делать все, что захочешь» и так далее. И то и другое одинаково плохо, так как и то и другое не соответствует действительности, с которой столкнется ребенок, придя в детский сад.

Еще до поступления в дошкольное учреждение ребенка следует приучить к ежедневным водным процедурам. В период адаптации не нужно начинать закаливание, а вот теплые ванны (не душ) каждый вечер будут способствовать его расслаблению и снятию нервного напряжения. Легкий поглаживающий массаж после ванны поможет успокоить ребенка перед сном. Длительное

пребывание на свежем воздухе и достаточное время для самостоятельной, в том числе двигательной, детской деятельности будет способствовать нормализации нервно-психического состояния ребенка.

Родителям нужно помнить, что прививки нужно сделать заранее, не позднее, чем за месяц до поступления ребенка в ДООУ.

### **АДАПТАЦИЯ БЕЗ УГРОЗ И ОБЕЩАНИЙ.**

#### **Что может помочь воспитателям лучше узнать привычки ребенка и сделать верный прогноз?**

Существуют определенные показатели, их еще называют индикаторами, которые позволяют заранее прогнозировать тяжесть адаптационного периода. Это дает возможность сотрудникам дошкольного учреждения своевременно принять соответствующие меры. Такими индикаторами являются данные анамнеза, то есть история развития ребенка с указанием всех перенесенных им заболеваний и выраженных отклонений развития. При этом особо пристальное внимание следует уделять перинатальным факторам, другими словами, течению дородового, родового и послеродового периодов. Кроме этого большое прогностическое значение имеют социальные факторы риска (состав семьи, характер и особенности семейного воспитания).

Имеется огромное количество достоверных данных, подтверждающих тот факт, что дети второй и третьей групп здоровья хуже адаптируются к новым условиям жизни, чем практически здоровые дети, имеющие первую группу здоровья. В связи с этим необходимо учитывать, какими заболеваниями болел ребенок до поступления в детский сад, как часто и сколько времени, в среднем, длились эти заболевания. Например, неосложненные формы ОРЗ обычно могут длиться 7—9 дней. Ослабленные дети могут болеть респираторными инфекциями и две, и три недели. Защитных сил их организма не хватает для того, чтобы справиться с болезнью в короткий срок. У них долго держится субфебрильный «хвост», и признаки астении.

Важным показателем, позволяющим сделать правильный прогноз, является характер и степень тяжести адаптации этого ребенка в прошлом, например, при поступлении в ясли или во время каких-либо других перемен в жизни ребенка. Исследования Р.В. Тонковой-Ямпольской указывают на связь адаптационных возможностей ребенка с функциональной активностью мозга. В связи с этим, актуальным является выявление тех факторов (биологических, экологических и социальных), которые могли оказать отрицательное влияние



на созревание мозговых структур и формирование функциональной активности коры больших полушарий, а значит и на совершенствование адаптационных возможностей организма ребенка. При этом кора не «регулирует функции», а приспособливает уже хорошо отрегулированные функции к запросам целого организма в его приспособительном поведении в ответ на внешние раздражения. «Она может, образно выражаясь, предъявлять лишь свои «претензии» к хорошо и точно работающим аппаратам низшей саморегуляции». (П.К. Анохин)

Для правильного построения прогноза следует учитывать, имеются ли у родителей алкогольная зависимость, наследственные заболевания, были ли токсикозы беременности у матери, родовая травма у ребенка, заболевания периода новорожденности и первых трех месяцев жизни.

Заболевания матери в период беременности, прием некоторых лекарств, токсикозы первой и второй половины, осложненные роды — все это могло быть причиной внутриутробной гипоксии, то есть недостаточного кислородного обеспечения мозга плода, и, следовательно, недоразвития отдельных мозговых структур. Как правило, при таких осложнениях у ребенка наблюдается перинатальная энцефалопатия (ПЭП) и/или минимальные мозговые дисфункции (ММД). Такие дети обычно стоят на учете у невропатолога. Но после первого года жизни их с учета снимают, а про имевшуюся патологию даже не упоминают. Однако следует помнить, что ничто не проходит бесследно. С возрастом патология мозга приобретает «другое лицо». Появляются психомоторные и поведенческие расстройства, нарушения памяти, речи, эмоциональная неуравновешенность и прочее.

Очень часто патология беременности и родов, а также состояние ребенка в первые месяцы жизни, отражаются на его физическом состоянии, замедляя темп развития функциональной активности всех систем. Следует выяснять, не было ли задержки локомоторных реакций, когда ребенок стал самостоятельно сидеть, стоять, ползать, ходить.

При изучении социальных факторов следует учитывать условия быта ребенка, состав его семьи — полная, неполная, многодетная и так далее, а также особенности воспитательных воздействий: стиль и характер общения с ребенком, соблюдение режима дня и кормления, организация бодрствования, то есть основные моменты, от которых зависит развитие функциональной активности мозга ребенка. Ведь хорошо известно, что наиболее тяжело адаптируются дети с неблагополучием биологического и социального плана.

Для выявления всех факторов риска и построения правильного прогноза дальнейшего пребывания ребенка в дошкольном учреждении при зачислении целесообразно проводить анкетирование родителей, а также беседовать с ними об их ребенке.

Разработано большое количество вариантов анкет и опросников для родителей, с помощью которых можно получить необходимую информацию об особенностях раннего

развития ребенка, его привычках и склонностях. Данные сведения могут помочь медико-педагогическому коллективу правильно организовать жизнедеятельность ребенка в группе детского сада, найти индивидуальный подход к нему.