

Консультация для родителей на тему «Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного учреждения»

Ваш малыш подрос, и уже недалек тот день, когда вы приведете его в детский сад. Многие из вас волнуются, тревожатся о том, будет ли ребенку хорошо в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с близкими, с домом. Эти волнения и тревоги закономерны – сложный период в жизни маленького ребенка, своеобразный экзамен его психики, здоровья.

В условиях семьи малыш привык к установленному распорядку жизни, к определенной обстановке, способам обращения с ним. У ребенка сложились привычки, выработался свой стиль поведения, отношений с членами семьи.

Для нас с вами, взрослых людей, перемена обстановки, встречи с новыми лицами - дело привычное, часто привлекательное. Его жизненный опыт невелик, и приспособление к новым условиям сопряжено с трудностями, так как любое приспособление к новым условиям требует разрушения некоторых сложившихся ранее связей и быстрого образования новых. В раннем возрасте это особенно сложная задача.

Малыш тяжело переносит даже временную разлуку с родителями, домом, привычным для него укладом жизни. Он часто отказывается от общения с незнакомыми людьми.

Поначалу в детском саду ребенку все кажется непривычным, его волнует, а иногда и пугает новая обстановка: большая гулкая комната, незнакомые дети вокруг, чужие взрослые- воспитатели и няня. На первых порах непривычен и уклад жизни в детском саду: иной режим дня, еда, отличающаяся от домашней, необходимость соблюдения правил поведения, установленных в группе.

На эти перемены в жизни малыша отвечают реакцией осторожности или протеста: Становятся робкими, замкнутыми, вялыми, плаксивыми, капризными, беспокойными. Часто они упорно не хотят покидать дом, а у дверей детского сада в страхе прижимаются к родителям.

Период адаптации - тяжелое время для малыша, его родителей и персонала группы. В среднем длительность адаптации у детей раннего возраста длится 2-3 недели. Но даже такой относительно короткий срок для ребенка далеко не безобиден.

В детском саду дети заболевают чаще, чем дома. Это и понятно, так как в группе может быть заболевший ребенок, который становится источником инфекции для других малышей. В период адаптации возможность заболевания ребенка возрастает, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

На характер привыкания ребенка условиям дошкольного учреждения влияет ряд факторов. Прежде всего, возраст малыша: легче всего

приспосабливается к новым условиям ребенок 5-6 месяцев, сложнее это дается от 10 месяцев до 1г.6мес.- 1г.7мес. Затрудняет или облегчает привыкание к детскому саду состояние здоровья ребенка. Опыт показывает, что сложнее и длительно протекает процесс адаптации у детей ослабленных, страдающих аллергией, рахитом, ОРЗ. И, наоборот, безболезненно осваиваются в детском саду дети здоровые, физически крепкие. Они быстрее приобщаются к жизни в коллективе сверстников.

Известные трудности адаптационный период испытывают дети, привыкшие к общению только с родителями. Замкнутый образ жизни семьи, недоброжелательное отношение родителей к окружающим людям - причины, тормозящие образование у малыша умения контактировать с незнакомыми взрослыми. А это значит, что в первые дни пребывания в детском саду он будет негативно относиться к воспитателям, няне, что усложнит уход за ним. Дети радушных, гостеприимных, дружелюбных родителей, детей из семей, состоящих из многочисленных родственников, легко вступают в контакт с воспитателем, няней. У таких детей, как правило, адаптационный период длится несколько дней. Малыши из таких семей деятельны, веселы, много играют, общаются с персоналом группы.

Плохо приспосабливаются к коллективной жизни дети, которых чрезмерно опекают в семье, которые не знают родительского нельзя. Ребенок, у которого дома не тренируется способность тормозить свои желания, с трудом усваивает и выполняет правила поведения, взаимоотношений, приучение к которым начинается с первого дня пребывания в детском саду.

Итак, общая задача педагогов и родителей - помочь ребенку по возможности безболезненно войти в жизнь детского сада. Для этого нужна подготовительная работа в семье. Прежде всего, необходимо максимально приблизить распорядок дня дома к режиму в детском саду. При этом важно упорядочить часы сна, питания, бодрствования, а при проведении режимных процедур всемерно поощрять и развивать детскую самостоятельность.

Желательно, чтобы вы познакомились с меню детского сада и приучили детей к блюдам, включенным в него. Учите детей есть разнообразную пищу, тщательно жевать, после еды пользоваться салфеткой.

О предстоящем поступлении ребенка в детский сад говорите с ним как о радостном событии. Внушайте малышу, что ему будет хорошо в детском саду, что его ждут добрые воспитатели, веселые дети, много игрушек. В присутствии малыша воздержитесь от высказывания своих опасений по поводу того, сможет ли он спокойно расстаться с домом, чем его будут кормить, как одевать и т.д. Чтобы развеять свои сомнения и тревогу ребенка, предварительно посетите группу. Лучше всего привести малыша, когда дети гуляют или играют в групповой комнате.

Группа комплектуется постепенно, поэтому персоналу легче уделить больше внимания новичку. Но в первые дни лучше оставлять ребенка на 1-

2 часа, увеличивая время пребывания до послеобеденного сна, до полдника, а затем – до вечера.

Чем быстрее малыш почувствует доверие к воспитателям, няне, установит контакт с ними, тем спокойнее он перенесет перемены в своей жизни, разлуку с вами. Ваше вежливое и приветливое обращение к сотрудникам детского сада расположит ребенка к общению с ними.

В заключение следует отметить, что выработка единых требований к поведению ребенка, согласование воздействий на него дома и в детском саду – важнейшее условие, облегчающее адаптацию к перемене в образе жизни.

КАК НАДО РОДИТЕЛЯМ ГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ПОСТУПЛЕНИЮ В ДЕТСКИЙ САД

1. Тренировать у ребенка буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов и приучать его заблаговременно к таким условиям и ситуациям, в которых надо менять формы поведения.
2. Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
3. Заранее узнавать у участкового врача, какой тип адаптации возможен у ребенка по прогнатическим критериям, и своевременно принять меры при неудовлетворительном прогнозе.
4. Как можно раньше провести оздоровительные или корригирующие мероприятия, которые назначил врач.
5. Отправить ребенка в детский сад лишь при условии, что он абсолютно здоров.
6. Не отдавать ребенка в детский сад в разгар кризиса трех лет.
7. Заранее узнать все новые моменты в режиме дня детского сада и ввести их в режим дня ребенка дома.
8. Повысить роль закаливающих мероприятий.
9. Желательно оформить в детский сад по месту жительства.
10. Как можно раньше познакомить малыша с детьми в детском саду и с воспитателями группы.
11. Стараться отдавать ребенка в группу, где у него есть знакомые ровесники, с которыми он раньше играл дома или во дворе.
12. Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
13. Раскрыть малышу «секреты» возможных навыков общения с детьми и взрослыми.
14. Учить ребенка дома своим необходимым навыкам самообслуживания.
15. Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские грехи, а так же за его непослушания.
16. Необходимо готовить ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.
17. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

«Питание ребенка в период адаптации».

Период адаптации – тяжелое время для малыша. Возможность заболевания ребенка возрастает, поскольку под влиянием эмоционального напряжения снижаются защитные силы организма.

В этот период мы предлагаем использовать следующие оздоровительные рецепты, которые помогут ребенку в случае угрозы психологической безопасности – это продукты, помогающие организму приспособиться к вредным воздействиям физической, химической, биологической природы, а также к непривычным условиям окружающей среды:

- при **повышенной тревожности, стрессовом состоянии в период адаптации** добавлять в пищу витамины группы **В** (по согласованию с врачом), давать молоко и жидкие молочные продукты на ночь, проводить утреннюю гимнастику и влажные обтирания;
- при **заболеваниях органов дыхания** (бронхитах, длительном кашле) исключить молоко и молочные продукты, сладости, в том числе и сдобные булочки, делать специальные дыхательные упражнения, надувать по два воздушных шарика ежедневно, массировать спину, ставить горячий и холодный компрессы на спину и верхнюю часть груди, включать в рацион чесночные гренки (горячие ржаные тосты, намазанные чесночной пастой);
- при **аллергических реакциях** на пыльцу растений исключить молочные продукты, давать больше витамина **С** (по согласованию с врачом), промывать глаза и нос дистиллированной водой;
- при **насморке** исключить молочные продукты и сладости, давать есть чеснок (чесночные гренки), пить теплые фруктовые соки, увеличить употребление витамина **С** (по согласованию с врачом);
- при **простуде** исключить продукты, содержащие крахмал, молоко, сахар. Пить теплыми фруктовыми соками, травяным чаем. Увеличить дозы витамина **С** (по согласованию с врачом)

БЕСЕДА

“Как помочь ребенку преодолеть страхи”

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувство страха. При чрезмерной податливости к страхам, зависимости от них меняется поведение человека вплоть до эмоционального паралича.

Устойчивые страхи- это такие страхи, с которыми не может справиться ни ребенок, ни взрослый, которые приводя к появлению нежелательных черт характера. Подавляющее большинство страхов обусловлено возрастными особенностями и имеет временный характер. Если страхи имеют заостренное течение или сохраняются длительное время, то это служит сигналом неблагополучия, говорит о нервной и физической ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье.

Возникновение страхов в большинстве случаев- это вина самих родителей, и наш долг предупредить возможность их проявления, оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или просто родительской невнимательностью. С возрастом у детей меняются мотивы поведения, их отношение к миру, к вам, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители уловить эти перемены, понять изменения, связанные с сыном или дочерью, и в соответствии с этим менять свои отношения с ребенком, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

Что такое страх, как предупредить его у детей- это повод для разговора.

СТРАХ основан на инстинкте самосохранения. Страх- это эмоция, которая возникает в ответ на действие угрожающего стимула, сопровождается определенными физиологическими изменениями: отражается на частоте пульса, дыхания, показателях АД.

ТРЕВОГА также имеет эмоциональный компонент в виде чувства беспокойства и волнения. Часто тревога проявляется в ожидании какого-то события, которое трудно спрогнозировать.

На возникновение опасности каждый человек реагирует по-своему. Выделим несколько типичных ответных реакций.

Предупреждающей страх реакцией является агрессия на физическом, словесном и воображаемом уровне. В ряде случаев агрессивный ответ не представляет отклонения от нормы и имеет своей целью защиту себя от агрессии со стороны обидчика.

Агрессивный ответ на словесном уровне представлен в виде брани.

На воображаемом уровне- в проявлении ненависти, злобы, либо в неприязни, раздражении.

Страх можно не осознать, быть к нему безразличным. Подобное восприятие страха встречается как при высоком уровне саморегуляции и развития волевых качеств, так и при эмоциональном или интеллектуальном недоразвитии. Кроме того, страх может не возникать потому, что не имеет аналогов в жизненноопыте человека.

Вам, наверное, приходилось сталкиваться с детьми, которые ничего не боятся. Это полная противоположность детям, испытывающим страх. Но почему же тогда они становятся пациентами психотерапевтов? И у тех и у других детей есть одна общая черта- у них нарушен инстинкт самосохранения. У детей со страхами он преувеличен, у “бесстрашных” снижен или отсутствует вовсе.

Самым распространенным способом реагирования на опасность является бегство, т.е. не всегда осознаваемое стремление избежать соприкосновения с источником угрозы, самоизоляции от нее.

принимайте ребенка таким, как он есть, не сравнивайте его с другими детьми. Никакого насилия, угроз, физических наказаний.

Когда вы пользуетесь силой, ребенок подчиняется вам из страха. Потом вы, конечно, помиритесь, но страх останется в сознании маленького человека и может проявиться по любому другому поводу.

Объяснять, что страх - нелепость, бессмысленно. Разговоры только усугубят ожидание страшного.

Лучше разрешить ребенку побольше бегать, приглашать в гости его друзей, помочь ему научиться общаться с ними, полезно использовать игру, в которой ребенок проявит себя как сильный, смелый защитник.

Родителям важно понять, что страх - не каприз, не слабость (как иногда думают отцы), а серьезная проблема. Беда, с которой надо сражаться, и иногда в первую очередь с собой. Начать надо с того, хотя бы, чтобы изменить отношение к ребенку, дать ему больше свободы, мешать этому может ваша негибкость, пердвзятость в восприятии детей, произвольный перенос своих тревог, страхов и проблем. Родители должны понимать, как их отношение к ребенку влияет на него.

Так, если оба родителя все разрешают ребенку, мягки, нерешительны, то число страхов может быть максимальным (нет опоры у ребенка в ближайшем окружении).

Достаточно число страхов наблюдается, когда оба родителя очень строги. В этом случае одновременно со страхами нарастает и возбудимость детей.

Если родители без конца дают советы, проверяю, делают замечания, это рождает у них боязнь не соответствовать родительским требованиям.

Есть родители, которые требуют обещания исправиться, стыдят.

Все это непосильное физическое и психическое закаливание, игнорирующее реальные возможности детей, их психофизическое развитие, темперамент, особенности формирования характера, неприемлимы, бесполезны, а в худшем случае - только способствуют усилению страхов.

С возрастом происходит интеллектуальная переработка страхов, они теряют наивно-детский характер. Упоминание о Баба-Яге вызовет дрожь у 4-летнего, а подросток рассмеется. Однако, этот же подросток может бояться родителей, насмешек со стороны сверстников, стихийных бедствий.

Преодолевая страхи, мы должны вернуть ребенку детство, из которого он ушел раньше времени. Достигается это разнообразными эмоционально насыщенными играми, детскими спектаклями, праздничными представлениями, где много веселья и музыки, посещениями парков, систематическим чтением сказок, рисованием, походами. Крайне желательно участие во всех этих мероприятиях взрослых, которые сами, попадая в детство, становятся непосредственными в отношениях с детьми. Любая возня с родителями, сверстниками, смех, разыгрывание сказок способны создать условия для детства, не омраченного страхами, с которыми не может справиться ребенок.

Ребенок идет в школу и начинается новая угрожающая ситуация. Главная трудность в это время состоит в умении соединить требовательность с уважением к детям и сохранить при этом с ними эмоциональный контакт. Утрированное чувство долга, чрезмерная принципиальность, моральное давление оборачиваются страхом "быть не тем", страхом несостоятельности, а также тревожным предчувствием возможных неудач и поражений, неуверенностью в себе. Тогда полное устранение страхов, пропитанных тревожностью, становится непростой задачей и подразумевает активную перестройку многих аспектов семейных отношений и обязательное участие сверстников в жизни ребенка.

Существует много "невидимых страхов", остающихся глеть в душе ребенка и готовых вспыхнуть в любой подходящий для этого момент. Все такие страхи, которые

часто отрицаются детьми, но определяются матерями. Другими словами, это страхи, в которых не любят признаваться.

Нелегко путь самопознания и самовоспитания, но это единственный путь для того, чтобы помочь детям справиться со своими проблемами.

Наша беседа подошла к концу. Надеюсь, что она поможет вам не только преодолеть страхи у детей, но также заставит задуматься о себе, о ваших взаимоотношениях в семье, проанализировать свои поступки, методы воспитания (что само по себе является лучшей профилактикой появления страхов). Это необходимо потому, что здоровье ваших детей, а, значит, и будущее всех нас в ваших руках, родители.

ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Профилактика страхов у детей

Ребёнок не критичен к страху, он не имеет возможности справиться с ним самостоятельно. Поскольку воспитание характеризуется прежде всего определёнными сторонами отношения родителей к детям, то именно родители могут создать необходимые предпосылки для устранения страхов.

Для этого необходимо устранить:

- непонимание своеобразия личностного развития детей;
- неприятие ребёнка, он должен быть желанным;
- несоответствие требований и ожиданий родителей возможностям и потребностям детей;
- негибкость родителей в отношениях с детьми, которая выражается в фиксации страхов, предвзятости суждений, навязывании мнений или несвоевременном отклике, либо недостаточном учёте ситуации или момента;
- неравномерность отношений родителей в различные годы жизни детей;
- несогласованность отношений между родителями;
- аффектность - избыток родительского беспокойства, тревоги, страха;
- доминантность - приказной тон, использование репрессивных мер, в том числе и физическое наказание;
- повышенная принципиальность, нетерпимость к слабостям и недостаткам ребёнка;
- недостаточная отзывчивость или нечуткость родителей;
- противоречивость в отношениях родителей с детьми: аффективность и гиперопека уживаются с недостаточной эмоциональной отзывчивостью, тревожность с доминантностью.

С другой стороны, разрешить ребёнку:

- побольше двигаться, особенно бегать;
- создать условия для интересных занятий;
- расширить круг общения ребёнка; приглашать сверстников, научить общению с ними;
- использовать игру, в которой ребёнок может проявить такие качества, как смелость, ловкость;
- наполнить жизнь ребёнка радостными позитивными переживаниями (походы, экскурсии, посещение цирка, спектаклей и т.д.);
- проявлять заботу и участие во всех делах ребёнка, соблюдая принцип «абсолютного принятия»;
- постепенно приучать ребёнка самостоятельно принимать решения и преодолевать препятствия с помощью одобрения, похвал и собственного примера.

Как помочь ребёнку преодолеть страхи

Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувство страха. При чрезмерной податливости к страхам, зависимости от них меняется поведение человека вплоть до эмоционального паралича.

Устойчивые страхи - это такие страхи, с которыми не может справиться ни ребёнок, ни взрослый, они приводят к появлению нежелательных черт характера. Подавляющее большинство страхов обусловлено возрастными особенностями и имеет временный характер. Если страхи имеют заострённое течение или сохраняются длительное время, то это служит сигналом неблагополучия, говорит о нервной и физической ослабленности ребёнка, неправильном поведении родителей, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье.

Возникновение страхов в большинстве случаев - это вина самих родителей, и наш долг - предупредить возможность их проявления, оградить детей от страхов, вызванных семейными неурядицами, душевной черствостью или просто родительской невнимательностью. С возрастом у детей меняются мотивы поведения, их отношение к миру, к взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители уловить эти перемены, понять изменения, связанные с ребёнком, и изменить свои отношения с сыном или дочерью, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно - психического здоровья детей.

Что такое страх, как предупредить его у детей - это повод для разговора.

СТРАХ основан на инстинкте самосохранения. Это эмоция, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула, сопровождается определёнными физиологическими изменениями, отражается на частоте пульса, дыхания, показателях артериального давления.

ТРЕВОГА также имеет эмоциональный компонент в виде чувства беспокойства и волнения. Часто тревога проявляется в ожидании какого - то события, которое трудно спрогнозировать.

Каковы же ответные реакции на возникновение опасности? Предупреждающий страх реакцией является агрессия на физическом, словесном и воображаемом уровнях.

Страх можно не осознавать, быть к нему безразличным. Подобное восприятие страха встречается как при высоком уровне саморегуляции и развитии волевых качеств, так и при эмоциональном и интеллектуальном недоразвитии. Кроме того, страх может не возникать потому, что не имеет аналогов в жизненном опыте человека.

Вам, наверное, приходилось сталкиваться с детьми, которые ничего не боятся. И у них, и у детей, испытывающих страх, нарушен инстинкт самосохранения. У детей со страхами он преувеличен, у «бесстрашных» снижен или отсутствует вовсе.

Самым распространённым способом реагирования на опасность является бегство, т.е. не всегда осознаваемое стремление избежать соприкосновения с источником угрозы, самоизоляция от неё.

Как вести себя с тревожным ребёнком

Часто родители переживают из-за того, что их ребёнок очень тревожный, пугливый, боится темноты, одиночества, собак, одним словом, всего. Как же вести себя с тревожным ребёнком? Как исправить ситуацию?

Родители в силах помочь маленькому «трусичке» вырасти смелым, активным, а не мнительным занудой с манией преследования и заниженной самооценкой. Причем от вас не требуется титанических усилий. Поручения, которые вы даете ребёнку, должны соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные задания, вы заранее обрекаете малыша на неудачу, а следовательно, на снижение самооценки.

Воспитывая методом «кнута и пряника», предпочтение отдавайте «прянику». Вспомните себя в возрасте сынишки или доченьки. Как часто вам, наверное, хотелось услышать: «У тебя это получится!», «Ты это умеешь делать хорошо!»

И ещё... Никогда не сравнивайте ребёнка с кем-либо, тем более, если сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами или неудачами ребёнка.

Играем в темноте.

Многие дошкольники боятся входить в тёмную комнату. Просят включить свет, остаться с ним на ночь. Поначалу кажется, что ничего страшного в этом нет. Но если ребёнок устраивает истерику или перестаёт нормально спать, мы начинаем хвататься за голову. Что делать? Попробуйте поиграть с ребёнком ...в темноте.

- Не отменяйте прогулок с ребёнком после наступления темноты (если это, конечно, не опасно). Дети, освоившись с неярким освещением улицы, легче привыкнуть к такому свету и дома.
- Поиграйте с ребёнком вместе в полутёмной комнате с приоткрытой дверью - пусть по сюжету наступит ночь, и путешественникам, застигнутым врасплох, придётся искать дрова для костра (кубики, подушки от дивана).
- Принесите в спальню карманный фонарик, зажгите его и накройте коробкой. Фонарик - прекрасное средство для ориентирования в пространстве, которое к тому же помогает ребёнку развить навыки управления собственными движениями.
- Придумайте сказку про мальчика, игрушечного мишку, которые боялись темноты. Пусть героям будет стыдно за свой страх, и они изо всех сил попытаются его преодолеть. Если малыш почувствует, что он не одинок в своём страхе, ему будет легче «раскрыться».
- Скажите, что его любимая игрушка боится темноты больше, чем он. Тогда, успокаивая любимца, ребёнок почувствует себя сильнее и старше и сможет справиться со своим страхом.
- Устройте несложный «театр теней», поместив фонарик за развешенную простыню, зайдите за неё и попросите малыша угадать, какие движения вы делаете.
- Потанцуйте вместе с ребёнком в полутьме с приоткрытой дверью или в свете фонарика под музыку или без; погримасничайте перед зеркалом, освещая лица фонариком.

И рисуйте, рисуйте вместе, оставляя все негативные эмоции на бумаге!

Принципы успешного воспитания ребенка:

• Люби своего ребенка!

То есть радуйся его присутствию, принимай его таким, каков он есть, не оскорбляй и не унижай его, не подрывай его уверенности в себе, не подвергай его несправедливому наказанию и не отказывай ему в твоем доверии — дай ему повод любить тебя. Для ребенка главными признаками того, что его любят, является «особое время вместе с мамой и папой», интерес родителей к его деятельности, их поощряющие улыбки и слова о том, что «они его любят», тактильный (прикосновение, объятия) и зрительный контакт (глаза — глаза) с взрослым.

• Будь добрым примером для своего ребенка!

Привей ему уважение к культуре своего народа, традиционным ценностям. Ребенку необходим такой домашний очаг, где семья дружна, где уважают и любят стариков, где поддерживают тесные и искренние связи со всеми родственниками и друзьями, где готовы мириться с недостатками другого человека и помогать в их исправлении.

Ребенок должен жить в такой семье, где придерживаются идеалов любви, веры и надежды, ответственности за свое поведение, тогда у него будет формироваться чувство гордости за свою семью и стремление быть похожим на родителей.

• Играй со своим ребенком!

То есть уделяй своему ребенку необходимое время, разговаривай с ним, играй с ним так, как ему нравится. Принимай его игры всерьез, войди через них в картину Его мира и взгляни на других и себя Его глазами. Используй принцип творчества взрослого и ребенка, применяя приемы прогнозирования и обсуждения возможных последствий поведения ребенка, предвосхищение и проигрывание в игре реальных событий, их моделирование. Действия в игровом образе помогут ребенку быстрее определиться и обрести себя в сложном мире человеческих взаимоотношений.

• Трудись со своим ребенком!

Разреши своему ребенку принять участие в твоей работе (в доме, в саду или огороде). Помоги ему усвоить алгоритм трудового действия. Используй принцип оценки того, что сделано успешно ребенком, а не того, что ребенок не смог или не успел сделать. Создавай ситуации возможности выбора цели: «Как ты хочешь и почему? Ты можешь ...» Когда ребенок подрастет, приучай его участвовать во всех работах по хозяйству дома и в группе детского сада, научи его нести ответственность за невыполнение своих обязанностей.

• Позволь ребенку приобретать жизненный опыт, пусть даже небезболезненно, но самостоятельно!

Ребенок признает только такой опыт, который он пережил лично. Твоя собственная опытность нередко оказывается лишней ценностью для твоего ребенка. Дай ему возможность накопить собственный опыт, даже если это связано с известным риском. Используй метод эмоционального предвосхищения последствий ситуации, его проигрывания в игре. Чрезмерно оберегаемый ребенок, «застрахованный» от любой опасности, нередко «выпадает» из жизни своих сверстников и становится объектом их насмешек или жалости.

- **Покажи ребенку возможности и пределы человеческой свободы!**

Родители должны раскрыть перед ребенком замечательные возможности развития и утверждения человеческой личности. Создавай ситуации борьбы мотивов: «Как ты хочешь поступить? А почему ты так хочешь? А как можно поступить по-другому? А как лучше? А как бы поступил другой мальчик (девочка)? А как бы поступила я? А почему бы я так поступила?» Вместе с тем ему нужно показать, что любой человек должен признавать и соблюдать известные нормы поведения в семье, в коллективе и вообще в обществе. Поэтому родители обязаны следить за поведением ребенка и направлять его таким образом, чтобы его поступки не причиняли ущерба ни ему самому, ни другим. При этом следует помнить, что методы наказания воспитывают хуже, чем методы поощрения и стимулирования, однако, в случае необходимости, следует воспитывать уважение к правилам посредством и наказания, но без злости и раздражения взрослого.

- **Жди от ребенка только таких мнений и оценок, на какие он способен в соответствии с возрастом и собственным опытом!**

Ребенку требуется длительное время, пока он научится ориентироваться в этом столь сложном мире. Помогай ему, как можешь, и требуй от него собственного мнения или самостоятельного вывода только в том случае, когда он способен на это в соответствии с накопленным опытом и степенью своего развития. Используй метод логических последствий, помогая Ребенку соотнести причину и следствие своих поступков и жизненных обстоятельств.

- **Предоставляй ребенку возможность таких переживаний, которые будут иметь ценность воспоминаний!**

Ребенок «питается», так же как и взрослый, переживаниями, которые дают ему возможность ознакомиться с жизнью других людей и с окружающим миром. В первую очередь, на перевод переживаний в ранг ценных воспоминаний оказывают совместные семейные традиции.

Ваши дети — это не Ваши дети:
Они сыновья и дочери самой жизни.
Они пришли посредством Вас, но не от Вас.
И хотя они с Вами, принадлежат они не Вам.
Вы можете дать им свою любовь, но не Ваши мысли.
Вы можете дать кров их телам, но не их душам,
Потому что их души живут в завтрашнем доме,
Который Вы не можете посетить даже в Ваших мечтах.
Вы можете стремиться быть такими, как они,
Но не стремитесь сделать их такими, как Вы,
Потому что жизнь не движется назад
И не задерживается во вчерашнем дне.

стихотворение К. Джигран «Предсказание»

ЧТО НУЖНО И ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ В ПРОЦЕССЕ ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА

ЧТОБЫ ВОСПИТАТЬ РЕБЕНКА НУЖНО:

- принимать ребенка таким, каков он есть, чтобы при любых обстоятельствах он был уверен в неизменности вашей любви к нему;
- стремиться понять, о чем он думает, чего хочет, почему ведет себя так, а не иначе;
- внушать ребенку, что он все может, если только поверит в себя, и будет работать;
- понимать, что в любых проступках ребенка следует винить, прежде всего себя;
- не пытаться «лепить» своего ребенка, а жить с ним общей жизнью: видеть в нем личность, а не объект воспитания;
- чаще вспоминать, каким были вы в возрасте вашего ребенка;
- помнить, что воспитывают не ваши слова, а личный пример .

И ПРИ ЭТОМ НЕЛЬЗЯ:

- рассчитывать на то, что ваш ребенок будет самым лучшим и способным; он не лучше и не хуже, он другой, особенный;
- относиться к ребенку как к Сбербанку, в который родители выгодно вкладывают свою любовь и заботу, а потом получают ее обратно с процентами;
- ждать от ребенка благодарности за то, что вы его родили и выкормили (помните , что он вас об этом не просил);
- использовать ребенка для достижения пусть самых благородных, но своих целей;
- рассчитывать на то, что ваш ребенок унаследует ваши интересы и взгляды на жизнь (увы, они генетически не закладываются);
- относиться к ребенку как к неполноценному человеку, которого родители могут по своему усмотрению «лепить»;
- перекладывать ответственность за воспитание на педагогов.

КАК СПРАВИТЬСЯ С АГРЕССИВНОСТЬЮ РЕБЕНКА

Вот несколько принципов, которые помогут вашему ребенку решить ряд проблем, возникших в связи с природной агрессивностью.

- *Покажите, что вы осуждаете то, что произошло в данной ситуации, а не самого ребенка.*

Агрессивные дети легко впадают в гнев или в обиду, особенно если чувствуют, что кто-то задевает их личность. Воспринимайте ребенка таким, какой он есть, и обращайтесь свои замечания об агрессии против каждой встретившейся вам негативной ситуации.

- *Научите своего ребенка уважать права и потребности других людей.*

Говоря о недавней ситуации, в которой ваш ребенок проигнорировал или нарушил чьи-то права, объясните, что это были за права и почему их необходимо уважать. Помимо прямого обсуждения, одним из лучших способов сделать это является ролевая игра, в которой ваш ребенок получает роль другого человека.

В своей игре воссоздайте ситуацию, где ваш ребенок проявил неоправданную агрессивность, и затем предложите более подходящее ее разрешение. Предположим, что ваш ребенок силой отобрал у сверстника игрушку. В вашем обыгрывании ситуации вы в роли вашего ребенка вежливо попросите разрешения поиграть с этой игрушкой. Если разрешение не получено, вежливо попытайтесь найти компромисс (например, поиграть с игрушкой несколько минут). Если это не удастся, то вам придется принять мнение ребенка и найти для игры что-нибудь другое.

Более мягкий способ научить ребенка уважать права других — это рассказывать истории, связанные с правами, а затем вовлекать его в их обсуждение. Можно показать ребенку телепрограммы или фильмы, обсуждающие права на доступном для ребенка уровне.

- *Предложите ребенку такую деятельность, которая развивает его способность к самоконтролю и состраданию.*

Когда кому-то из близких необходимы помощь и внимание, предложите вашему ребенку что-то посильное для него: написать открытку, навестить, позвонить по телефону или просто сделать что-то приятное для другого человека. Некоторых агрессивных детей можно "приручить", научив их заботиться о любимом животном.

- *Прогнозируйте развитие напряженных ситуаций и дайте о них знать вашему ребенку.*

Встретившись с ситуацией, где, как вы знаете по опыту, ваш ребенок может быть неоправданно груб, потратьте несколько минут и обсудите, какой вы хотели бы видеть эту ситуацию. Избегайте обвинительного тона. Просто объ-

ясните, что необходимо сделать для более благоприятного развития ситуации. У агрессивных детей есть неудачная привычка действовать, а потом думать, и такая подготовительная стратегия поможет перехитрить эту тенденцию.

- ***Если на ваших глазах ваш ребенок нарушает права другого, без колебаний выступите в качестве арбитра.***

Владение собой — нелегкая задача для агрессивного ребенка, поэтому ваше спокойное вмешательство в ухудшающейся ситуации может удержать ее от неуправляемого развития. Воздерживайтесь от карательных мер. Чтобы справедливо рассудить ситуацию, выслушайте обе стороны, после чего удалитесь.

- ***Всегда поощряйте проявление самоконтроля.*** Когда ваш обычно агрессивный ребенок добровольно проявляет самодисциплину в связи с чувством сопереживания или справедливости, в первый же удобный момент дайте ему знать, что вы одобряете такое поведение.

- ***Подавайте хороший пример справедливости и самоконтроля.*** Чем больше ваш ребенок видит, что вы признаете права других, тем больше он будет готов вести себя так же. То, что у ребенка не получается естественно, необходимо моделировать ролевой игрой.

Принципы общения с агрессивными детьми

Помните, что ***запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности.***

Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их вы можете надеяться, что агрессивность ребенка может быть снята.

Дайте ребенку ***возможность выплеснуть свою агрессию, сместить ее на другие объекты.*** Разрешите ему поколотить подушку или разорвать портрет его врага и вы увидите, что в реальной жизни агрессивность в данный момент снизилась.

Показывайте ребенку ***личный пример эффективного поведения.*** Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах, строя планы мести.

Пусть ваш ребенок в каждый момент времени ***чувствует, что вы любите, цените и принимаете его.*** Не стесняйтесь лишний раз его ***приласкать и пожалеть.*** Пусть он ***видит, что он нужен и важен для вас.***

Рекомендации педагога-психолога для родителей

Воспитание ребенка с нарушениями речи

- Прежде всего, будьте дружелюбны и уважительны к ребенку.
- Он должен чувствовать, что специальные занятия — не скучная неизбежная повинность, а интересное, увлекательное дело, игра, в которой он обязательно должен выиграть.
- Поощряйте малейшие успехи ребенка и будьте терпеливы при неудачах.
- Приступая к изучению нового звука, показывайте ребенку букву, которой этот звук обозначается. Ребенок постепенно усвоит, что звуки мы слышим и произносим, а буквы - пишем и читаем.
- Если ребенок не может правильно произнести тот или иной звук, обратитесь к логопеду. Он объяснит, как управлять речевым дыханием, движениями языка, губ, челюсти, чтобы правильно произнести звук. Помните: часто это очень сложная и трудоемкая для ребенка работа. Не требуйте, чтобы он сразу правильно употреблял новый для него звук в повседневной речи. Ребенок должен многократно, иногда в течение многих дней, повторять его отдельно, затем в слогах, словах, фразах, стихах. Только после этого звук появляется в его обиходной речи.
- Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Уделяйте большое внимание двигательной активности ребенка и особенно развитию тонких движений пальцев рук. Развитие пальчиков напрямую связано с развитием речи.

Правила эффективного взаимодействия педагога с семьёй, воспитывающей ребёнка с ОВЗ

- Родителям нужны поддержка, помощь и добрый совет. При беседе с ними создайте необходимые условия для общения.
- Не беседуйте с родителями второпях, на бегу; если Вы не располагаете временем — лучше договоритесь о встрече в другой раз.
- Разговаривайте с родителями спокойным тоном, не старайтесь назидать и поучать — это вызывает раздражение и негативную реакцию со стороны родителей.
- Умейте терпеливо слушать родителей, давайте им возможность высказаться по всем наболевшим вопросам.
- Не спешите с выводами! Хорошо обдумайте то, что вы услышали от родителей.
- То, о чем родители Вам поведали, не должно стать достоянием других родителей, детей и педагогов.
- Каждая встреча с семьёй ребенка должна заканчиваться конструктивными рекомендациями для родителей и самого ребенка.
- Если педагог в какой-то проблеме или ситуации некомпетентен, он должен извиниться перед родителями и предложить им обратиться за консультацией к специалистам.
- Если родители принимают активное участие в жизни группы и образовательного учреждения, их усилия должны быть отмечены педагогом и администрацией.