

ГБДОУ детский сад №10 Невского района Санкт-Петербурга

Служба ранней помощи

Полезные советы родителям

от педагога-психолога

**Концедаловой Анны Владимировны**



Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p><b>Не навязывайте в процессе воспитания свои ценности</b></p> <p>Ребенок – это полноценная личность, у которой должно быть право выбора. Очень часто взрослые стараются воплотить в детях свои мечты.</p> <p>Ценный совет: не решайте за своего ребенка. Дайте ему больше самостоятельности.</p>	<p><b>Давайте больше самостоятельности</b></p> <p>Это не значит, что в 2 года стоит одних отпускать гулять – крайности ни к чему. Но нет ничего плохого в том, что мальчик или девочка с малых лет будут сами застилать постель или убирать игрушки. Чем раньше родители их к этому приучат, тем лучше.</p>

Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p><b>Замечайте прогресс и хвалите</b></p> <p>Нельзя воспринимать успехи ребенка как само собой разумеющееся. Родителям в процессе воспитания следует не забывать, что малышам нужна их поддержка. Если взрослые будут хвалить ребенка за то, что он смог сам надеть штаны, он поймёт, что его старания не напрасны. Это станет отличной мотивацией.</p>	<p><b>Не сравнивайте</b></p> <p>Советуем ни с кем не сравнивать своего малыша. Многие родители после просмотра интеллектуальных передач мечтают о том, чтобы и их ребенок был таким же умным. Однако не каждый способен знать 10 языков или в 3 года играть в шахматы. Не заставляйте своего дитя прыгать выше головы. Позвольте своему ребенку быть собой.</p>

Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p><b>Воспитывайте нравственность</b></p> <p>Нужно заниматься не только умственным, но и духовным воспитанием. Объяснять, что такое хорошо, а что такое плохо. Многие взрослые думают, что всё это элементарно. Но детям иногда сложно даются правила. Объясняйте повторно такие простые истины, что нужно уважать старших, говорить спасибо, не обижать животных, не отбирать чужое.</p>	<p><b>Подавайте пример</b></p> <p>Чтобы стать хорошим человеком, в первую очередь необходимо понимать, что это такое. Родителям стоит на примерах объяснять, что значат такие качества как воспитанность, доброта, старательность, храбрость. Для этого подойдут любимые книги. Психологи советуют не только вместе читать, но и обсуждать сюжет сказки или рассказа. Большую роль играет личный пример родителей.</p>

Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p><b>Не меняйте требования</b></p> <p>Мнение родителей должно быть авторитетным. Именно поэтому не стоит менять его по несколько раз в день. Ребенок должен понимать, что «нет» значит «нет». Если же под натиском слёз и постоянных просьб взрослые начнут сдаваться, младший поймёт, что он может ими манипулировать. Прислушайтесь к этому совету и не позволяйте собой манипулировать.</p>	<p><b>Чаще говорите, что любите</b></p> <p>Это один из самых ценных советов. Признания в любви – это не просто слова. Ребенку очень важно слышать, как им дорожат и как его любят. Чем чаще родители гладят, обнимают и целуют своих детей, тем сильнее между ними будет связь. Если взрослые ведут себя отчуждённо, дети чувствуют себя ненужными и нелюбимыми.</p>

Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Не переходите на крик</b></p> <p>Какая бы не была ситуация, мама и папа не должны повышать голос. Любой крик – это стресс. В результате малыш становится плаксивым, неуверенным в себе, замкнутым. Также начинает думать, что взрослые слишком слабы, чтобы справиться с ними другими методами. Совет: если вы уже привыкли постоянно кричать, то постепенно старайтесь избавиться от такой манеры общения. Иначе, чтобы быть понятым придется говорить все громче и громче.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Критикуйте конструктивно</b></p> <p>Детей можно ругать, но делать это правильно. Самое главное правило в воспитании, которое необходимо помнить всем родителям: критикуют не личность, а поступки. То есть не нужно говорить малышу, что он плохой. Лучше сказать – «ты плохо поступил» или «мне не понравился твой поступок».</p>

Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог-психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Хвалите в меру</b></p> <p>Несмотря на то, что детям приятно слышать похвалу и комплименты, взрослым стоит не забывать, что всего должно быть в меру. Родители, которые выставляют своего малыша гением и уникалом, не получают в ответ ничего хорошего. Важно помнить: оценка должна быть объективной. Психологи советуют чередовать 2 похвалы с одним критическим замечанием.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Искренне интересуйтесь</b></p> <p>Проявляйте неподдельный интерес к увлечениям и вкусам детей. Им всегда хочется поделиться своими успехами со старшими. Поэтому ни в коем случае не следует говорить, что сейчас на это нет времени. Дети очень быстро подмечают, когда им не хотят уделять внимания и болезненно на это реагируют.</p>

Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>	Педагог - психолог <b>СОВЕТ ДНЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Общайтесь на равных</b></p> <p>Не стоит постоянно смотреть на своих воспитанников сверху вниз. Малыш и без этого понимает, кто в семье главный. Лучше, если время от времени родители будут садиться на корточки или колени и говорить со своим ребенком на равных. Так он почувствует, что рядом не только мама или папа, но ещё и близкий друг.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Работайте над собой</b></p> <p>Ребенок всегда берёт пример с мамы и папы. Поэтому нет смысла говорить ему, что много смотреть телевизор – вредно, если сами так делаете. В первую очередь нужно воспитывать себя. И когда в глазах детей будет достойный пример родителей, они начнут ему подражать.</p>

Педагог - психолог <b>РЕКОМЕНДАЦИЯ</b>	Педагог - психолог <b>РЕКОМЕНДАЦИЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Негативистская демонстративность поведения</b></p> <p>Подобное поведение обусловлено нарушением отношений со взрослыми. Для таких детей характерна демонстративность в сочетании с переживанием дефицита общения, внимания, высоких оценок. Рекомендуется четкое распределение, регуляция родительского и воспитательского внимания к ребенку по формуле: «уделять ему внимание не тогда, когда он» плохой, а когда он хороший». <u>Основная рекомендация:</u> открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, делает то, что нужно (или, по крайней мере, то, что можно).</p>	<p style="text-align: center;"><b>Агрессивность</b></p> <p>Агрессивная реакция - это реакция борьбы. Она состоит из неудовлетворенности, протеста, возникает при попытке ребенка изменить положение вещей. Отчаяние, раздражение, сожаление, нетерпение взрослые выражают драматичнее и убедительнее, чем любовь, поэтому, если ребенок видит у взрослых людей, которые регулярно приглушают его, он непременно становится злой и агрессивной. Очень важно давать выход агрессии. Для этого существуют несложные приемы: позволить ребенку яростно рвать бумагу, резать пластилин, делать безобидные разрушительные действия.</p>

Педагог - психолог <b>РЕКОМЕНДАЦИЯ</b>	Педагог - психолог <b>РЕКОМЕНДАЦИЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Робость, тревожность, отгороженность, барьеры в общении</b></p> <p>Выделяйте деятельность, в которой ребенок успешный. НЕ раздражайтесь из-за медлительности (такие дети вследствие тревожности робкие, заторможенные, проявляющееся в замедленности моторики, психических реакций). Не делайте за ребенка то, что он в силах сделать сама. Привлекайте его к играм, развивающим движение, ловкость, скорость реакции. Особое внимание уделяйте воспитанию у ребенка самостоятельности и инициативы. За тревожностью может стоять недостаток эмоциональной поддержки со стороны окружающих. Необходимо создать дома атмосферу непосредственного эмоционального общения, взаимопонимания, доверия.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Как победить тревожность?</b></p> <p>Сравнивайте результаты ребенка только с его же предыдущими достижениями/неудачами. Учите ребенка (и учитесь сами) расслабляться (дыхательные упражнения, мысли о хорошем, счет и т.д.) и адекватно выражать негативные эмоции. Помочь ребенку преодолеть чувство тревоги можно с помощью объятий, поцелуев, поглаживания по голове, т.е. телесного контакта. Это очень важно для вашего малыша. У оптимистичных родителей - оптимистичные дети, а оптимизм - защита от тревожности.</p>

Педагог - психолог <b>ИНФОРМАЦИЯ</b>	Педагог - психолог <b>ИНФОРМАЦИЯ</b>
<p style="text-align: center;"><b>Возрастной период 1-2 года</b></p> <p>В этом возрасте ребенок начинает быть самостоятельным. Он начинает активно изучать окружающие его предметы. Главная его деятельность в этом возрасте — предметно-орудийная, то есть он учится манипуляциям с предметами. Он копирует схему действий у родителей, подражая маме или папе, ребенок воспринимает навык обращения с предметом. Что делать взрослым? Очень хорошо просить ребенка что-то повторить за взрослым. Важно совершать различные манипуляции совместно: вместе играть, зашнуровывать обувь, складывать картинки. В этот период ребенок осознает, что каждая вещь наделена смыслом, что она выполняет важную функцию. В этот период у него формируется свое «Я», малыш начинает постепенно сформировываться как личность.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Понимание как основа воспитания ребенка</b></p> <p>Самая грубая ошибка родителей заключается в том, что они относятся к своему малышу как ко взрослому человеку, который должен понимать все правильно. Очень часто ребенок вызывает раздражение и даже агрессию у родителей тогда, когда он не понимает какие-либо доводы, которые кажутся взрослому человеку абсолютно простыми. Иными словами, родители требуют от ребенка того, что он еще просто не может дать в силу своего возраста. В ранний период у него еще нет своих собственных стереотипов, он может только имитировать логическое мышление.</p>

Педагог - психолог  
**ИНФОРМАЦИЯ**

**НЕЛЬЗЯ!**

Ребенок очень плохо воспринимает категорический запрет в раннем возрасте. Он не осознает, почему именно того или иного нельзя сделать, поэтому каждый запрет нужно формулировать в доступном ключе, понятным для ребенка, и в соответствии с данной ситуацией.

Пример: малыш будет понимать, что нужно обязательно мыть руки после прогулки, когда он придет после нее, а не тогда, когда мама рассказывает ему о пользе чистых рук задолго до возвращения домой.

Педагог - психолог  
**ИНФОРМАЦИЯ**

**Элементы сюжетных игр как основа воспитания детей младшего возраста**

Очень важно играть с ребенком в сюжетные игры. Например, играть в бытовые ситуации, вовлекая в такую игру любимых кукол и игрушки. Сюжеты не должны быть слишком сложными, малыш должен их хорошо понимать.

Подобные игры не только являются хорошим времяпровождением, но и развивают память, мышление и логику у малыша, подготавливают ребенка к развитию речи, поэтому пренебрегать или не рекомендуется.

