

# Откуда берутся «трудные» дети, или

## Самые типичные ошибки, допускаемые родителями

### в воспитании детей

Гипопротекция. *Воспитание, при котором у ребёнка есть повышенная свобода действий.* Его поступки не контролируются. Родители ничего не знают о своём ребёнке, где и с кем он проводит время, чем увлекается. Родители формально выполняют свои обязанности, в воспитание не вкладывают личностного смысла. В результате ребёнок вынужден искать необходимые ему ценности и нормы вне семьи.

Гиперпротекция. *Воспитание, в основе которого лежит повышенное внимание к ребёнку и повышенный контроль над ним.* Родители стремятся полностью контролировать поведение ребёнка, заставить его копировать собственную ценностно-нормативную систему. В этом случае полностью игнорируется личность ребёнка. Вследствие чего происходит резкое падение адаптивных способностей личности: конфликты со сверстниками, беспомощность. А у многих подростков такой тип воспитания вызывает бурный протест, ведущий к обострению взаимоотношений с родителями и нарушению поведения.

«Кумир семьи» «Мимозное воспитание». Целью родителей является удовлетворение всех потребностей ребёнка, стремление избавить его от любых трудностей. В результате ребёнок становится эгоцентричным, всегда желает быть в центре внимания, всё желаемое получать с лёгкостью, без особого труда. С жизненными трудностями он не сможет справиться.

Эмоциональное отвержение. *Воспитание по типу Золушки.* Родители тяготятся ребёнком, который постоянно ощущает это, особенно если в семье есть другой ребёнок, получающий больше внимания. Такое воспитание способствует развитию повышенной ранимости и чувствительности, обидчивости и скрытности.

Жестокое взаимоотношения. *Жестокое отношение с суровыми расправами* за мелкие проступки и непослушание вызывает у ребёнка страх перед родителями, ожесточение. Из таких детей вырастают жестокие люди.

Воспитание вундеркинда. Родители стремятся дать ребёнку как можно более широкое образование, развить его, чаще всего мнимые способности. Кроме учёбы в школе ребёнок занимается музыкой, иностранным языком, спортом. Он постоянно занят, куда-то спешит. В таких случаях ребёнок лишается возможности участвовать в детских играх, общаться со сверстниками. У него возникает протест против такого режима. Он стремится избавиться от чрезмерных нагрузок, выполняя их формально. Такая загруженность способствует развитию повышенной истощаемости нервной системы и тревожности.

## Десять советов отцам и матерям

1. *Принимайте ребенка таким, каков он есть.*
2. *Никогда не приказывайте из прихоти. Не надо бесцельных приказаний. Не вмешиваться в жизнь ребенка столь же опасно, как и вмешиваться постоянно.*
3. *Никогда не принимайте решения в одиночку. Золотое правило семейной жизни – диархия. Когда отец и мать противоречат друг другу – для ребенка это занимательное зрелище.*
4. *Сохраняйте доверие к тому, кто будет вам противоречить.*
5. *По части подарков – никаких излишеств. Мы разучились отказывать детям. Отказ приносит больше пользы, ибо учит отличить необходимое от излишества.*
6. *Во всём действуйте собственным примером. Добиваться от ребенка можно только того, что делаешь сам.*
7. *Говорите обо всем без боязни. Речь – золото, а молчание – свинец.*
8. *Объединяйтесь со своими близкими. Семья – это частная республика. Всё должно делаться сообща: мытьё посуды, покупки, уборка, выбор развлечений, маршруты поездок.*
9. *Держите дверь открытой. Рано или поздно вы не удержите детей, подростков, молодежь в доме. Никогда не рано учиться свободе.*
10. *Устранитесь в положенное время! Эта заповедь неизменно навевает грусть. Рано или поздно родители останутся в одиночестве. Ничего не поделаешь, любая родительская карьера предполагает эту жертву.*

## И ЕЩЁ НЕСКОЛЬКО КОРОТКИХ ПРАВИЛ

- Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
- Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
- Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
- Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.
- Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
- Не стесняйтесь подчеркивать, что вы гордитесь своим ребенком.
- Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
- Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
- Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.
- Признавайте права ребенка на ошибки.
- Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.
- Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

# ИСКУССТВО ЛЮБИТЬ ДЕТЕЙ

Представление о счастье каждый человек связывает с семьей: счастлив тот, кто счастлив в своем доме. Действительно, семья - это одно из немногих мест, где человек может почувствовать себя личностью, получить подтверждение своей значимости и уникальности. Семья дает первые уроки любви, понимания, доверия, веры. Это первый коллектив ребенка, естественная среда его развития, где закладываются основы будущей личности.

Источником благополучия ребенка в семье, условием его счастливого детства является любовь к нему родителей. Дети очень чутко реагируют на любовь и ласку, остро переживают их дефицит. Ребенок должен быть уверен, что его кто-то очень любит. Такая любовь создает у ребенка чувство защищенности и душевного покоя. У человека должен быть уголок, где ему хорошо, где у него есть защита от невзгод. При этом ребенок активнее познает мир, легче овладевает знаниями, у него свободнее раскрываются дарования, он увереннее определяет свою дорогу в жизни, выбирает друзей.

Любовь, ласка, нежность, которые ребенок воспринял в детстве, в последующем помогут ему решить сложные проблемы.

Сердечность, чуткость, отзывчивость - это моральный иммунитет против зла и приобретает лишь тогда, когда человек в раннем детстве прошел школу доброты, школу подлинных человеческих отношений.

Какой же должна быть подлинная родительская любовь? Что оставлять в сердцах сыновей и дочерей наших, чтобы они выросли настоящими людьми? Выдающийся педагог В.А. Сухомлинский говорил: «Там, где нет мудрости родительского воспитания, любовь матери и отца к детям уродует их». Есть много разновидностей этой уродливой любви, главные из них: любовь умиления, любовь деспотическая, любовь откупа.

## Л ю б о в ь   у м и л е н и я

Любовь умиления - это самое печальное, что можно себе представить в отношениях родителей и детей. Это инстинктивная, неразумная, напрашиваются слова - куриная (слепая) любовь. Мать и отец радуются каждому шагу ребенка, не задумываясь над тем, какой это шаг и к чему он может привести.

Любовь умиления развращает душу ребенка, прежде всего тем, что он не знает удержу своим желаниям, принципом его жизни становится девиз дикаря, подлеца, хулигана: все, что я делаю, мне разрешается, ни до кого мне нет дела, главное - мое желание.

Ребенок, воспитанный в духе умиления, не знает, что в человеческом общежитии есть понятия «можно», «нельзя», «надо». Ему кажется, что ему все можно. Он вырастает капризным, нередко болезненным существом, для которого малейшее требование жизни становится непосильной тяжестью. Воспитанный в духе умиления - эгоист, как говорится, до мозга и костей. Он не знает своего долга перед родителями, не умеет и не хочет трудиться, потому что не видит людей и не чувствует сердцем, не понимает, что у тех, кто его окружает, есть свои желания, свои потребности, свой духовный мир. У него складывается твердое убеждение в том, что он приносит счастье и радость родителям уже тем, что он живет на свете, существует.

Дети - радость нашей жизни, мы живем и трудимся во имя счастья детей. Все это — бесспорные истины. Но говорить об этом детям, устраивать инсценировки, подчеркивающие эту мысль, - это значит развращать детей.

### Л ю б о в ь   д е с п о т и ч е с к а я

Есть еще одна разновидность неразумной, инстинктивной родительской любви. Это любовь деспотическая.

«Рабочая газета» опубликовала письмо 16-летнего юноши - девятиклассника одной из школ города Кривой Рог Толи Н. Это письмо продиктовано отчаянием. Юноша учится на «4» и «5», делает дома все, что надо делать для помощи родителям: моет полы, посуду, чистит одежду, обувь всей семье. «Родители и одевают меня хорошо и заботятся, чтобы я ел хорошо, - пишет Толя, - но купят какую-нибудь обновку, и без конца попрекают».

Постоянные упреки создают обстановку настоящего ада. И все это родители делают, как они говорят, только потому, что любят сына, желают ему добра, учат жить - чтобы умнее был и родителей уважал.

Гнусный деспотизм невежественных родителей - это одна из причин того, что у ребенка с малых лет извращается представление о добром начале в человеке, он перестает верить в человека и человечность. В обстановке деспотичного самодурства, мелочных придириков, постоянных упреков маленький человек ожесточается.

Был сын маленьким мальчиком - был добрым, сговорчивым, послушным; стал подростком— стал грубым, своенравным. Почему так происходит?

Причина этого явления - в неумении пользоваться своей властью над ребенком, в превращении родителей в злую силу, подавляющую волю сына или дочери. Родительская власть должна поощрять, одухотворять внутренние силы ребенка, и с тончайшим инструментом - родительской властью -надо подойти к ребенку так, чтобы не сломать этого, еще нетвердого, хрупкого душевного порыва. Если же вы превратили умную, мудрую власть в деспотическое насилие — неокрепшее желание

быть хорошим лопнет, и произойдет самое тревожное, что может произойти в душе ребенка.

Уважайте детское желание быть хорошим, берегите его как самое тонкое движение человеческой души, не злоупотребляйте своей властью, не превращайте мудрость родительской власти в деспотичное самодурство, не сломайте человеческого желания вашего ребенка быть хорошим.

Помните, что ваш сын, ваша дочь - такой же человек, как и вы, его душа явно протестует, когда кто-то пытается сделать его игрушкой своего произвола.

## Л ю б о в ь   о т к у п а

Третья разновидность неразумной родительской любви - любовь откупа.

Есть отцы, искренне убежденные в том, что, обеспечивая материальные потребности детей, они выполняют свой родительский долг. Ребенок одет, обут, сыт, здоров, у него есть все учебники и наглядные пособия - что же вам еще надо? Материальными затратами, считают такие отцы, можно измерить родительскую любовь, на худой конец откупиться. Мы имеем дело с небольшим количеством отцов - людьми, страдающими неизлечимым пороком, нравственно-эмоциональной толстокожестью. По существу, они не знают, что такое родительская любовь.

Почему речь идет, прежде всего, об отцах? Потому что среди матерей, связанных с детьми узами духовной общности, таких людей почти нет. Нравственно-эмоциональная толстокожесть, бездумное отношение к своим детям - далеко не всегда результат низкого уровня образования отца. Это результат порочного взгляда на воспитание детей, как на что-то совершенно обособленное, отделенное забором от общественных обязанностей. Если в такой семье и мать не уделяет достаточного внимания детям, если она не стала центром духовной жизни детей - их окружает атмосфера духовной пустоты, убожества. Они живут среди людей и не знают людей - вот что наиболее опасно в таких семьях: их сердцам совершенно незнакомы и недоступны тонкие человеческие чувства, прежде всего ласка, участливость, сострадание, милосердие. Они могут вырасти эмоционально невежественными людьми.

Да, родительская любовь - прекрасное чувство, она воспитывает у человека высшие нравственные качества. Но здесь тоже должна быть мера.

Во многих семьях дети освобождаются от обязанностей по дому, даже от самообслуживания, от любой нагрузки. Понимая роль образования, желая успеха в учебе, родители ограждают детей от всего: лишь бы учился хорошо, оценки были хорошие. Но такое отношение не дает хороших результатов. Такие дети как в жизни,

так и в учёбе ничего самостоятельно сделать не могут без подсказок, без напоминания о главном. Родители, тем самым, подавляют самостоятельность детей, так как эти дети знают, что им все подадут, за них приберут, их оденут, напомнят об уроках, помогут выполнить задание. То есть они понимают, что их постоянно выручают, у таких детей не вырабатывается чувство ответственности за свои поступки. И дети привыкают к такому положению, что все делается для них, а от него них не требуется взамен.

Обычно родители в таких семьях оправдывают и нарушение дисциплины, и невыполнение задания, объясняя это объективными причинами. Родители видят в детях только достоинства и не замечают недостатков. Мнение родителей должно быть объективным и учитывать как достоинства так и недостатки детей.

Избалованный ребенок всегда будет уверен, что родители выполняют все его прихоти, капризы и не будут долго сердиться на грубость, дерзость, непослушание. Такие дети привыкают только брать, не отдавая ничего взамен, и начинают с пренебрежением относиться к родителям, а потом свое отношение будут переносить на учителей (позволяя себе насмешливые и критические замечания) и на других людей. Помните об этом и не ограждайте детей от обязанностей, будьте объективны к своим детям, требуйте от них самостоятельности и серьезного выполнения любого дела.

### Какой должна быть родительская любовь?

Родительская любовь должна быть такой, чтобы у ребенка пробуждалась чуткость сердца к окружающему миру, ко всему, что создает человек, что служит человеку, и, конечно, прежде всего к самому человеку.

Учить ребенка видеть и понимать людей - это, пожалуй, самое трудное в деле воспитания человека. Любовь родителей к детям должна быть основана на уважении личности ребенка, знании его интересов, стремлений, умении вовремя оказать ему помощь, дать дружеский совет. Высокая требовательность должна сочетаться с любовью.

## Если ребёнок плачет?

Ребенок плачет, когда ему плохо, и слезы - это всего лишь разрядка, всего лишь внешнее проявление его состояния. Если взрослые, да и то не все, могут сдержаться, то дети не могут, им и в голову не придет, что надо скрывать свои страдания, что открыто выразить их нельзя, одним словом, им все равно, как они выглядят со стороны.

Поэтому просить или требовать, чтобы ребенок прекратил плакать, это то же самое, что просить или требовать, чтобы он немедленно прекратил страдать и вернул себе хорошее расположение духа. И уж совсем жестоко и бессмысленно наказывать его за то, что ему плохо. Если что-то и надо делать, то не для себя, не для своего комфорта прекратить плач ребенка, а для того, чтобы помочь ему, попытаться прекратить его страдания.

А причин детских страданий много, и они самые разные, порой самые неожиданные. То, что для взрослого пустяк, для ребенка настоящее горе: картинка порвалась, кукла куда-то подевалась, прогулку отложили и т.п. Все это важно для него, это его мир, это происходит здесь и сейчас, ничего другого для него нет и не существует, он безраздельно охвачен именно этими переживаниями.

Ах, если бы он мог, хотя бы мысленно, найти выход из неприятного положения: упал в грязь - можно отмыться, сломалась игрушка - можно починить, ушла мама - скоро вернется и т.д. Для него все происходящее вокруг - непоправимо и необратимо, а то, что произошло с ним, - навсегда. Это - безутешное горе, и потому - горькие слезы. А когда взрослые поправляют положение, устраняя причину слез, ребенок успокаивается: он снова уверен, что установленный порядок - навсегда и его радость тоже навсегда.

Невозможно перечислить все, что может расстроить ребенка, стать причиной его слез. И тем более невозможно рассказать о всех возможных действиях взрослых в этих травмирующих ситуациях. И тех и других - бесчисленное множество. Но можно попытаться выделить основные, наиболее общие причин детского плача.

### Плач - отчаяние

Лопнул воздушный шарик, испугался собаки, укатился мячик под шкаф, не дают играть с водой - это, и тому подобное, может стать для ребенка причиной отчаяния, и тут же раздается плач.

Если же причину подобного отчаяния устранить не удалось, попробуйте переключить внимание ребенка на что-нибудь интересное или смешное: "Ой, какие большие и красивые слезы! Жалко, пропадают и одежду портят.»



## Плач - боль

Дети часто плачут, потому что у них что-то болит. Конечно, боль бывает разная: одно дело, ушиб коленку или сделали укол - это быстро проходит, другое дело - ухо или живот, не дающие покоя целый день. Но в любом случае это больно, надо потерпеть, а этого-то дети и не умеют. Поэтому взрослые должны снять физическую боль; если это невозможно, должны помочь перетерпеть ее. Как? В зависимости от ситуации: закрыть глаза и считать до десяти, поцеловать ушибленное место или подуть на него, отвлечь на что-нибудь другое - начать читать любимую сказку или предложить нарисовать девочку, у которой что-то болит, можно нарисовать эту противную боль: сначала она будет большая и страшная, а потом все меньше и меньше. Во всех случаях, однако, нельзя оставлять ребенка один на один с изнуряющей его болью, тем более нельзя ругать его за то, что он плачет, не умея терпеть. Напротив, ему нужно внушить, что он справится с этой болью, потому что он настоящий герой, а они не плачут и терпят, пока боль не пройдет. Не забывайте напоминать ему, что он герой и вы восхищаетесь им, всякий раз, когда он делает хотя бы маленькие усилия, чтобы сдержать слезы и не разрыдаться.

## Плач - обида

Даже у маленьких детей боль бывает не только физическая, и они страдают от несправедливости, одиночества, неуверенности в себе. Ужасно обидно, когда с тобой не хотят играть - все дети вместе, а ты один. Обидно, когда все время хвалят других детей, а тебя никто не замечает; еще обиднее, когда тебя ругают. Дети не могут скрыть обиду и плачут, но не так, как от боли или отчаяния, а тихо всхлипывая и размазывая по щекам слезы. Конечно, и в этом случае можно отвлечь и развеселить ребенка. Но здесь дело серьезнее: страшно, если у ребенка накапливается чувство своей неполноценности, одиночества, обиды на окружающих. Обязательно дайте ему понять, что он не один, что его любят, что он все может. Не скупитесь на похвалу за то, что он хорошо рисует, умеет быстро одеваться или быстро бегать. Главное - внушить ему веру в себя, поддержать, одобрить, дать ему почувствовать, что он любим и у него все получится, если он захочет.

Если же вы сами накричали на него сгоряча, послужили причиной его слез, нужно попросить прощения, объяснив, что и почему так возмутило вас. Постарайтесь при этом снять напряжение и сделать травмирующую вас обоих ситуацию забавной или смешной. Предположим, ребенок разбил чашку и вы, не сдержавшись, накричали на него. Успокойтесь - ведь он не хотел этого, просто так вышло - предложите ему проиграть ту же ситуацию: он будет изображать сердитую маму, поборницу чистоты и порядка, а вы - вертлявого и непоседливого малыша, все время роняющего чашки. Улыбка помирит вас.

## Плач - каприз

Многие взрослые убеждены, добиваются своего слезами. Хочет ребенок чего-нибудь запретного, родители не дают, он и начинает капризничать. Иногда говорит долго: "Мам... ну, дай... ну, пожалуйста...", иногда его рев переходит в настоящую истерику с битьем головой об пол. В этом единоборстве далеко не всегда побеждают родители. В зависимости от нервной системы, материальных и физических возможностей они либо уступают любимому чаду, либо кидаются на него с кулаками: "Накажу, если не прекратишь!!!"

Понятно, ни одно, ни другое не верно. Выход, как всегда, в понимании психологии ребенка. Он не может плакать специально для того, чтобы выманить что-то у взрослого. Он не может рассуждать так: "Дай-ка я устрою рев, чтобы разжалобить маму, глядишь, она не выдержит и даст мне то, что я хочу".

Ребенок действительно очень хочет куклу, машинку, конфету и прочее, а когда он хочет именно это, ничего другого для него не существует, и отсутствие данного предмета причиняет ему такие страдания, что он начинает плакать. Плач переходит в каприз.

Аргументы взрослых о тяжелом экономическом положении в семье не убедительны для ребенка - напротив, отказ вызывает еще более острое желание завладеть вожаделенным предметом. Задача взрослого как раз и состоит в том, чтобы снять эту сосредоточенность ребенка на данном предмете и убедить его в том, что без этой куклы (машинки, конфетки) он вполне может обойтись, поскольку не она главное в его жизни.

Душа ребенка не терпит пустоты. Он не может отказаться от одного желания, пока не появилось другое. Вызвать какой-то новый интерес, помочь избавиться от навязчивого, но невыполнимого желания может только близкий, понимающий взрослый. Но просто сунуть старую игрушку вместо новой, нельзя. Нужно вдохнуть в старую игрушку новую жизнь и показать, как по-новому можно играть с ней. Конечно, это непросто. Здесь требуются и терпение, и фантазия, и знание того, что может увлечь вашего ребенка именно в этой ситуации. Может быть, мыльные пузыри, может быть, самолетика из бумаги, а может быть, старая кукла, вдруг начинающая плакать и обижаться за то, что ее все забыли и давно не кормили. Главное - предложить что-то вместо недоступного предмета или занятия, а не просто запрещать и объяснять, почему нельзя. Ведь дети плачут не для того, чтобы "доставать" своих родителей, а потому, что им плохо и, значит, они нуждаются в нашей помощи.

## Как создать благоприятную семейную атмосферу?

Помните: от того, как родители разбудят ребенка, зависит его психологический настрой на весь день

Время для ночного отдыха каждому ребенку требуется сугубо индивидуальное. Показатель один - чтобы ребенок выспался и легко проснулся, когда его будят родители.

Если у вас есть возможность дойти до школы вместе ребенком, не упускайте её. Совместная дорога - это совместное общение, ненавязчивые советы.

Научитесь встречать детей после уроков. Не стоит первым задавать вопрос: «Какие оценки ты сегодня получил?», а лучше задать контрольные вопросы: «Что было интересного в школе?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела в школе?»

Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.

Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

Ребенок должен чувствовать, что он любим.

Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

# Как устранить конфликты между детьми?

## Правила для родителей.

Правило 1. *Вместо того, чтобы стараться не замечать негативные чувства ребенка по отношению к брату или сестре, осознайте их сами и помогите осознать ребенку. Назовите предполагаемое вами чувство ребенка, покажите, что вы его понимаете. Осознание чувств, называние их целительно для детей, и для родителей. Можно сделать и больше. Если вы назовете вслух не осуществляемые желания ребенка (из-за чего и возникает нелюбовь к “сопернику” – помехе для желаний), да еще и выразите свое сочувствие, это принесет эмоциональное облегчение. Это может помочь ребенку понять, что именно его тревожит и огорчает: не появление нового братика или сестры, а страх потерять то чувство защищенности, которое давало уверенность в вашей исключительной, абсолютной любви к нему.*

*Когда от детей требуют хороших чувств по отношению друг к другу, у них лишь усиливается отрицательные чувства. Когда вы позволяете ребенку испытывать негативные чувства – выслушиваете его спокойно, показываете, что понимаете его чувства, это приведет к появлению позитивных чувств.*

Правило 2. *Постарайтесь помочь детям найти безопасный и безвредный выход для их негативных чувств: приучайте их выражать свои чувства в символической форме (рисунок, лепка, письмо, стихи и т.п.). А не в ругани или драках. Этому именно и надо научить ребенка: осознавать свое чувство и уметь его конструктивно и безопасно выразить, а не запрещать себе это чувство испытывать.*

*Когда ребенку нужно выразить чувства, поставьте его перед выбором пути выражения и помогите найти наиболее конструктивный для данной ситуации. Этот навык – не мгновенная реакция крика или драки, а поиск конструктивного способа справиться с проблемой – поможет ему и в будущем.*

Правило 3. *Вмешиваясь в драки, прекращайте их немедленно, но при этом старайтесь не заниматься выяснением того, кто обидчик, кто жертва. Уделите внимание пострадавшему ребенку, выразите веру в способность детей самостоятельно решать свои споры без драки. Не приучайте детей к тому, что их спор решает родители, поощряйте их самостоятельное решение.*

*Надо постараться не только прервать и запретить драку, но и подсказать, как можно более спокойно и здраво разрешить конфликт, или переключить внимание детей на устраивающее обоих общее дело или помощь вам.*

Правило 4. *Стараясь не требовать от детей любви для её проявления и развития. Ваша постоянная модель поведения перед глазами ребенка.*

Правило 5. Отнеситесь к негативным чувствам ребенка как к естественным чувствам, а не как злоеющим признакам того, что ребенок зол, завистлив, плохой. Важно понять: ребенок не виновен в своем неприятии, ревность, в своих чувствах.

## Как общаться с ребёнком-подростком в конфликтных ситуациях

Дети подросткового возраста подвержены частой смене настроения. Ещё полчаса назад он с гордостью мог рассказывать о своих достижениях в школе, а сейчас – очередной каприз по поводу приобретения мобильного телефона или вечерних прогулок. Это вполне нормальная ситуация для детей этого возраста.

При этом ребёнок зачастую подсознательно понимает, что он не прав, но упрямство и озорство берут вверх над здравым смыслом. Родители в таких ситуациях чаще всего говорят: "возраст..." и пожимают плечами или, что значительно хуже, раздражаются и выплескивают свой гнев на ребёнка.

Частая смена настроения и поведения у ребёнка способна вывести из психического равновесия даже очень терпеливых родителей. И хотя родители сами были в таком положении, иногда становится довольно трудно контролировать свои действия, что может привести к возникновению конфликтов.

Универсального способа борьбы с "подростковыми явлениями" не существует, это надо пережить и вам и вашему ребёнку. Только пройдя через все проблемы подросткового периода, ребёнок начнёт взрослеть.

Чтобы избежать появления конфликтных ситуаций при общении с подростком следует придерживаться ряда простых правил. Это поможет сохранить нервы вам и вашему ребёнку, избежать многих проблем.

Во-первых: раз уж ребёнок не в состоянии контролировать свои поступки, научитесь это делать вы. Другими словами – самоконтроль, самоконтроль, и ещё раз самоконтроль! А верными помощниками в этом процессе будут грамотное распределение времени работы, времени отдыха, времени обучения.

Во-вторых: предоставьте ребёнку свободное время, когда он сможет заниматься своими делами. Это успокоит его, и даст время отдохнуть вам.

Третье правило: если вы всё-таки не удержались и накричали на ребёнка необходимо исправить ситуацию – когда страсти улягутся, подойдите к ребёнку и извинитесь, объяснив ему ваше поведение и реакцию. Ваш авторитет от этого не

*пострадает, а скорее наоборот, вырастет. Не стоит игнорировать это правило, поскольку это способно привести к дальнейшему ухудшению положения.*

*Ваши действия по отношению к поступкам подростка должны быть адекватными и последовательными. Запомните это, поскольку он перестанет вас уважать, если вы будете постоянно беспричинно кричать и ставить свои невыносимые условия.*

*В случае увеличения количества конфликтов с ребёнком, подумайте – может быть причина вовсе не в ребёнке, а в вас. Подойдите к оценке ситуации самокритично.*

*Если вы чувствуете, что не можете самостоятельно справиться с ростом конфликтных ситуаций во время общения с ребёнком-подростком, подумайте о том чтобы обратиться за советом и помощью к профессиональному психологу.*

*И наконец... Запомните, что доброта, ласка и сдержанность в отношениях с ребёнком способствуют большей дисциплине, несмотря на парадоксальность этой фразы.*

# Как развивать самостоятельность у детей?

## Правила для родителей

*“Человек не может быть свободным, если он не самостоятелен”.*

*М.Монтессори.*

*Правило 1. Признание личности ребенка и его неприкосновенности. Отсутствие произвола в действиях отца и матери.*

*Правило 2. Формирование адекватной самооценки. Человек с низкой самооценкой постоянно зависит от чужого мнения, считает себя недостаточным.*

*Формирование самооценки ребенка зависит от оценки его родителями т.к. в раннем возрасте ребенок еще не умеет оценивать себя сам.*

*Правило 3. Приобщать к реальным делам семьи. Можно проводить минисоветы с участием всех членов семьи, совместно планировать семейные дела.*

*Правило 4. Развивать силу воли ребенка. Научить проявить выносливость, смелость, мужественность, терпение. Учить прилагать усилия для достижения цели.*

*Правило 5. Учить планировать. Составлять план действий. Большое и сложное дело разбивать на ряд конкретных действий.*

*Правило 6. С малых лет приобщать к труду. Требовать выполнения домашних обязанностей, поручений. Можно наладить домашнее производство – обучение ремеслу, повышение самооценки, сближение членов семьи.*

*Правило 7. Научить общаться с другими детьми, людьми. Модель родительского поведения.*

*Правило 8. Формировать нравственные качества: доброту, порядочность, сочувствие, взаимопомощь, ответственность.*

## Как воспитать трудолюбие у детей в семье?

Чаще поощряйте ребенка за самостоятельность, инициативу, качество выполненной работы. Если не все у него получилось - не раздражайтесь, а терпеливо объясните ещё раз.

Привлекайте ребенка к большим семейным делам и приучайте начатую работу доводить до конца.

Каждый член семьи, в том числе и ребенок, должен иметь обязанности по обслуживанию семьи.

Не наказывайте ребенка трудом.



## ПЕДАГОГАМ И РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ

*Никогда не сравнивайте между собой детей, хвалите их за успехи и достижения.*

*Обучая мальчиков, опирайтесь на их высокую поисковую активность, сообразительность.*

*Обучая девочек, не только разбирайте с ними принцип выполнения задания, но и учите их действовать самостоятельно, а не по заранее разработанным схемам.*

*Ругая мальчика, помните о его эмоциональной чувствительности и тревожности. Изложите ему кратко и точно свое недовольство. Мальчик не способен долго удерживать эмоциональное напряжение, очень скоро он перестает вас слушать и слышать.*

*Ругая девочку, помните о ее эмоциональной бурной реакции, которая мешает ей понять, за что ее ругают. Спокойно разберите ее ошибки.*

*Девочки могут капризничать из-за усталости (истощение правого «эмоционального» полушария). Мальчики в этом случае истощаются информационно (снижение активности левого «рационально-логического» полушария). Ругать их за это бесполезно и безнравственно.*

*Вы должны не столько научить ребенка, сколько развить у него желание учиться.*

*Помните, что любой ребенок может чего-то не знать, не уметь, в чем-то ошибаться.*

*Для гармоничного развития ребенка необходимо научить его по-разному осмысливать учебный материал (логически, образно, интуитивно).*

*Для успешного обучения мы должны свои требования превратить в желания ребенка.*

*Сделайте своей главной заповедью — «Не навреди!»*

## Рекомендации для родителей первоклассника

- \* Ваш ребенок пошел в школу. Но не считайте, что в школу пошли вы. У вас много дел и без этого.
- \* Не старайтесь увидеть в ребенке десятиклассника. Будьте готовы, что учеником он станет спустя некоторое время. Парта, ранец, тетради еще не делают из него ученика.
- \* Уважайте новую жизнь ребенка. Теперь уже не вы решаете, с кем он сидит за одной партой, какими должны быть его взаимоотношения с учительницей и одноклассниками. Все это теперь его собственные уроки жизни, которые, поверьте, важнее школьного расписания.
- \* Меньше отвечайте за его пребывание в школе и больше - за пребывание дома. Дом теперь приобретает для ребенка гораздо большее значение, чем раньше.
- \* Старайтесь не демонстрировать возможностей ребенка перед сверстниками. Важнее, чтобы он почувствовал себя равным другим, хотя бы в первом классе.
- \* Старайтесь не входить в магазины и не делайте побочных дел по дороге в школу. Беседуйте с ребенком, спрашивайте об уроках, которые сегодня предстоят. То есть проявляйте уважение к школе как самому важному делу вашего ребенка.
- \* На первых порах просите ребенка «подсказать» вам как, дойти до дома. Советуйтесь: а что, если мы пройдем по другой улице? Ребенку важно, проведя несколько часов в школе, почувствовать пространство. Просто побыть в движении.
- \* Дойдите с ребенком до одной или двух соседних школ. Он должен ощущать, что его школа не единственная.
- \* Помогайте ребенку поддерживать связь с его дошкольной жизнью. Зайдите вместе с ним в детский сад, чтобы поздороваться с воспитателями, рассказать о школе. Дайте покачаться на качелях. Загляните в гости к кому-то из соседских детей, с кем ваш ребенок дружил до школы.
- \* И еще! Человек, который пошел в школу, преисполнится достоинства, если у него появится собственный будильник, который он с вечера сам поставит на определенное время.
- \* И еще очень важно - уважение к миру ребенка. Не заглядывайте в ранец без его ведома. Он должен быть уверен, что отныне без его разрешения никто не будет трогать вещи, принадлежащие ему.
- \* Хорошо бы завести тетрадь для ежедневных записей или рисунков. В этой тетради он сможет описывать каждый свой день (хотя бы одно событие). Благодаря этой возможности появится опыт размышлений о себе и своей жизни.

# ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

## Правило 1.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок вне школы. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6-7 летних детей. Если ребенок не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него может начаться невроз.

## Правило 2.

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10-15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10-15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

## Правило 3.

Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день – так считают врачи офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

## Правило 4.

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш ребенок нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то – нет. Именно в это время у ребенка складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за плохие оценки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ребенок потеряет веру в себя.

## Советы для родителей учащихся младших классов

1. Чем больше ребёнок дома рисует, лепит, играет, тем легче ему учиться в школе. Эти виды деятельности создают простор для развития воображения, образного мышления, воспитания чувств.
2. Проявляйте интерес и доброжелательное внимание к деятельности ребёнка (лепке, рисованию, изготовлению самоделок и т.д.).
3. Ненавязчиво проявляйте интерес к школьной жизни. («Что интересного было сегодня? Понравился ли урок?»)»)
4. Если ребёнок не уверен в своих делах, важно подбодрить его, убедить его, что при определённых стараниях он ликвидирует свой неуспех. И как только появятся хотя бы небольшие сдвиги, их надо отметить.
5. Если ребёнок самоуверен, хвастается своими достижениями, то необходимо, положительно оценивая его действительные успехи, отметить и те недостатки (в старании, аккуратности, усидчивости), которые у него есть и которые требуют исправления.
6. Успешность обучения зависит от развития познавательных процессов – восприятия и внимания, памяти и мышления. Верно, что само обучение развивает; но интеллектуальное развитие может и должно осуществляться также и в том, что лежит вне специально организуемого: в играх, разговорах, в посильном труде, в наблюдениях за окружающим миром.
7. Следите за соблюдением ребёнком режима дня, при нарушении которого могут возникнуть отклонения в состоянии здоровья ребёнка, резко ухудшится усвоение учебного материала.

## Советы родителям пятиклассников

В возрасте 10-12 лет дети начинают постепенно взрослеть. Но они ещё много играют, бегают, часто легкомысленны, взрывчаты, кипучи, неустойчивы в интересах, легко поддаются влиянию. У младшего подростка возникает представление о себе, уже не как о ребёнке. Он начинает чувствовать себя взрослым, стремиться быть им. Дети сравнивают себя с окружающими людьми, отличаются большей восприимчивостью к усвоению норм, правил, ценностей и способов поведения, которые есть в мире взрослых. Школа и учение занимают большое место в жизни ребёнка. Но у многих привлекательность школы возрастает из-за возможности широкого общения со сверстниками.

Родители должны научиться регулировать степень психологической нагрузки на ребёнка.

*В период адаптации ученика при переходе в среднее звено школы советуем:*

- \* Не ослаблять контроль со стороны родителей за своим ребёнком. Быть в курсе всех проблем и разногласий, выслушивать ребёнка, не отмахиваться от его переживаний. Душевные травмы этого периода оставляют следы на долгое время.
- \* Советуйтесь с новым классным руководителем, психологом школы.
- \* Определитесь с едиными требованиями в семье.
- \* Избегайте не педагогических мер воздействия на ребёнка.
- \* Очень важно верить в возможности ребёнка, и он должен это от вас слышать. Негативная оценка его деятельности плохо сказывается на психическом развитии. Теряется побуждение к делу, исчезает уверенность в себе. Это блокирует развитие пятиклассника и формирует комплекс неполноценности. Невротическое развитие ребёнка начинается с переживания низкой самооценки, вызванной отношением взрослых.
- \* Также не советуем чрезмерно опекать своих пятиклассников.
- \* Лучше всего не сравнивать ребёнка с кем-то другим. Не противопоставляйте его никому. Это травмирует и формирует зависть, эгоизм, негатив. Стремитесь создать благоприятную атмосферу доверия, как норму. Тогда ребёнок будет нормально реагировать на чужие успехи без снижения самооценки.

## Если ребёнок не хочет делать уроки?

Учёба вряд ли относится к числу занятий, приводящих ребёнка в восторг. Но если с необходимостью ежедневного пребывания в школе он готов смириться, то домашние задания вызывают обычно бурные протесты.

Что такое домашнее задание, известно всем и каждому (мы все учились понемногу чему-нибудь и как-нибудь...). Несколько поколений школьников на подростковом сленге называют его “домашкой”. “Домашка”- это то, что мешает бедным детям свободно дышать после окончания школьных занятий. Зачем же столько поколений учителей с занудным упорством настаивают на выполнении домашнего задания, и отчего столько поколений несчастных школяров с таким же постоянством стараются избежать этой “горькой участи”?

Домашнее задание нужно для того, чтобы и нерадивый, и очень усидчивый ученик закрепили новые знания, потренировались в выполнении простых и сложных заданий, проверили себя. Оно необходимо, потому что развивает навыки самостоятельной работы. А не любят школьники “домашку” оттого, что, выходя за пределы классной комнаты, стараются хотя бы на время выкинуть из головы все те умные вещи, которые учитель старательно вкладывал во время уроков.

У маленького школьника должна быть воспитана привычка к неукоснительному и систематическому приготовлению уроков. Привычка заниматься, и заниматься добросовестно, должна стать второй натурой растущего человечка. Понятно, что при этом он может учиться с различной степенью успешности по различным предметам; понятно, что он может испытывать трудности, однако про него точно не скажут с тяжким вздохом: “Не хочет учиться...”

Как бы ни манила хорошая погода за окном, какая бы интересная передача ни шла по телевизору, какие бы гости не нагрязнули, короче говоря, что бы ни случилось, - уроки должны быть сделаны всегда, и сделаны хорошо. Оправдания неприготовленным урокам нет и не может быть - это необходимо дать понять школьнику с первых же дней занятий.

Возможно, вам покажется излишним придавать этому такое уж большое значение, поскольку на первых порах ребёнок скорее жаждет, чтобы ему задали что-нибудь на дом. Это действительно так. Но когда пройдут первые школьные переживания, и жизнь войдёт в привычную колею, трепетное отношение к домашним заданиям сменится более трезвым, и тут выяснится, что далеко не всегда уроки так уж хочется делать. Первое, что здесь может прийти на помощь ребёнку, - это понимание того, что уроки приготовить надо, вот и всё.

Выработка привычки к неукоснительному выполнению домашних заданий должна непременно сопровождаться выработкой подхода к урокам как к важному и

серьёзному делу, вызывающему уважительное отношение со стороны взрослых. С этого, пожалуй, и необходимо начинать.

Возможно, вам приходилось наблюдать семьи, где мама считает допустимым прервать занятия сына, или дочери. Выясняется, что надо срочно сбежать в магазин, или вынести мусорное ведро, что пора есть – приготовлен обед или ужин. Иной раз и папа предлагает отложить уроки, чтобы вместе посмотреть интересную передачу или фильм по телевизору или сходить в гараж. К сожалению, взрослые не понимают, что своим поведением они воспитывают у школьника отношение к учёбе как к чему-то маловажному, второстепенному делу. В подобных ситуациях маме лучше самой сходить в магазин или лишний раз разогреть еду, чем вырабатывать у ребёнка представление, что уроки стоят на одном из последних мест.

Правильно поступают те родители, которые с начала школьного обучения дают ребёнку понять, что по своей важности уроки находятся на одном уровне с самыми серьёзными делами, которыми заняты взрослые. Маленький школьник чувствует это прекрасно. Раньше у него не было дел, которые родители не могли бы прервать по собственному усмотрению. Пошёл он гулять во двор – его в любой момент могут позвать с прогулки. Начал он играть – ему могут велеть отложить игрушки в сторону и идти есть. И вдруг теперь среди его дел появляется такое, которое ни мама, ни папа никогда не прерывают! Естественно, у этого дела (точнее, у этой деятельности) в глазах ребёнка появляется особый статус. Если его занятие нельзя прервать, подобно тому, как нельзя мешать взрослым, когда те работают, если старшие стараются его не тревожить, - значит, уроки так же важны, как работа, которую выполняют взрослые.

### Как создать в семье атмосферу уважения к умственному труду как таковому?

#### Как такое уважение воспитывать?

Если в семье кто-то из старшего или среднего поколения занят умственным трудом, и все домочадцы с почтением относятся к этому человеку и его занятиям, то, скорее всего, всё произойдёт само собой. Ребёнок и родители будут уважать умственный труд. Если такого человека нет, то родителям надо бы, прежде всего, пересмотреть свою позицию. И, быть может, начать им следует с осознания того, какой огромный труд проделывают их дети, учась.

За первый год обучения ваш малыш заполнит 20 тетрадей, прочтёт от корки до корки 5-7 учебных книг, выполнит все задания из этих учебников. О н каждый день пишет, читает (не только учебники), отвечает на вопросы, заучивает наизусть стихотворения и правила, рисует, при этом занимается музыкой и спортом, ходит на экскурсии, выполняет домашние поручения...ГИГАНТСКИЙ ТРУД!!!

Иногда родители проявляют чрезмерную инициативу, делая с детьми уроки. Сообразительным чадам это только вредит. Дети быстро понимают, что выполнение домашнего задания можно “повесить” на уставших, после работы, маму или папу. Вряд ли родители будут сопротивляться, ведь проще всё сделать самим, чем сто раз объяснять непонятливому ученику, почему  $5+6=11$ , а “пальто”- это словарное слово и всегда пишется через “а”. Увы, так бывает часто. Вместо необходимой самостоятельной тренировки в усвоении материала младшие хитро манипулируют старшими. А ведь учитель должен оценивать не совместное творчество мамы и папы, а самостоятельный труд ученика!

Если до школы нормы и знания прививались ребенку в основном в семье, то сейчас именно учитель становится ответственным за усвоение новых социальных норм и знаний. Но у родителей есть возможность дать ребенку дополнительный и очень результативный шанс хорошо учиться. Главное, чтобы, находясь в роли учителя (при выполнении домашних заданий), родители сумели создать отличную от школьной обстановку. И тогда, используя преимущества домашних занятий и помощь родителей, ребенок может значительно улучшить результаты обучения.

### Какой же должна быть атмосфера домашних уроков?

#### Чем она должна отличаться от школьной?

Прежде всего, занятия дома должны быть лишены школьной напряженности, ребенок может встать и подвигаться, как ему хочется. Дома родители не ставят оценок. Безоценочность рождает атмосферу свободы, спокойствия, творчества, безопасности, в которой можно учиться в ситуации поддержки и веры в успех, а не стресса. Еще один плюс: домашние занятия могут организовываться с учетом индивидуальных способностей работоспособности ребенка. Для некоторых детей характерна так называемая эпизодическая работоспособность, при которой ребенок может удерживать внимание на учебных задачах всего 7-10 минут, а затем отвлекается, давая своей нервной системе перерыв для восстановления. Пятиминутный перерыв для отдыха – и школьник готов продолжать заниматься. В школе нет возможности предусматривать подобные перерывы для каждого ученика, а дома родители для собственного ребенка могут организовать индивидуальный режим, учитывающий пики и спады его работоспособности. Особенно полезен индивидуальный подход тем детям, у которых трудно проходит привыкание к школе, а так же гиперактивным или слишком тревожным.

Если вы решили помогать ребенку в приготовлении домашних заданий, стоит запастись терпением и выдумкой, чтобы превратить занятие не в мучительную процедуру, а в увлекательный способ общения и познания, приносящий истинное удовольствие и пользу ребенку и вам. Представьте, что вы вместе отправляетесь в



непростое путешествие из пункта “Не могу, не знаю, не умею” в пункт “Могу, знаю и умею!” Причем главная роль принадлежит не вам – вы только сопровождаете отважного маленького путешественника. Однако наблюдать, направлять, помогать намного сложнее и ответственнее, чем делать самому. Поэтому вам понадобится больше выдержки, сил, уверенности в успехе, чем ребенку.

### Как организовать индивидуальную помощь ребёнку дома?

- Выполняйте домашние задания вместе с ребенком, а не вместо него. Постарайтесь убедить ребенка в том, что добросовестное выполнение уроков значительно облегчает выполнение классных заданий, что дома можно выяснить все то, о чем он не смог спросить в школе и без стеснения потренироваться в том, что пока не получается.
- Выполняйте с ребенком только то, что задано в школе. Не стоит перегружать школьника дополнительными заданиями. Помните, что ребенок находится в школе 4-5 часов, а затем его рабочий день продолжается, когда он продолжает делать уроки дома. Жизнь ребенка не должна состоять только из школьных заданий.
- Работайте спокойно, без нервозности, упреков, порицаний. Постарайтесь каждый раз найти, за что можно похвалить ребенка. При неудаче повторяйте задания, давая аналогичные.
- Никогда не начинайте с трудных заданий, усложняйте задания постепенно. В ходе занятий очень важно подкреплять каждый правильный шаг ребенка, так как уверенность в правильном выполнении помогает.
- Усложняйте задания только тогда, когда успешно выполнены предыдущие. Не спешите получить результат, успех придет, если ребенок будет уверен в себе.
- Если необходимо внести коррективы по ходу работы, делайте это немедленно, так как ребенок может “заучить” ошибку. Но избегайте слов “ты делаешь не так”, “это неправильно”.
- Для того, чтобы ваша работа с ребенком была более эффективной, она должна быть систематической, но непродолжительной. Кроме того, необходимо, чтобы эта работа не была нудной, дополнительной, тяжелой нагрузкой, целью которой ребенок не знает и не понимает.

В процессе обучения и особенно тогда, когда есть проблемы, ребенку необходимы поддержка, подбадривание, одобрение, которые позволяют понять, что он действует правильно, дают уверенность в том, что трудности преодолимы, и вы

оцениваете его старание. Обращать внимание лишь на проблемы очень легко, а вот увидеть наметившееся улучшение непросто, но без поддержки взрослого его ребенок тоже не заметит. “Я уверен, что у тебя все получится”, “Я помогу тебе, и ты обязательно сделаешь...”, “Правильно”, “Хорошо”, “Молодец, ты меня радуешь” - эти формулы одобрения стандартны, и каждый может использовать свои. Одобрение, поддержка и похвала стимулируют ребенка, повышают мотивацию. Жестокое обращение (негативное подстёгивание, замечания, укоры, угрозы, наказания) может дать кратковременный эффект, но у большинства детей это вызывает обиду, тревогу, усиливает боязнь неудачи. Причем тревога и боязнь рождает новые неудачи, хотя страх порицания и наказания нередко создает иллюзию позитивного изменения ситуации. Но чувства обиды, особенно если она не сознается как незаслуженная обида, может дать обратный эффект. Поэтому я рекомендую Вам чаще хвалить, чем осуждать, подбадривать, а не подчеркивать неудачи, вселять надежду, а не твердить, что изменение ситуации невозможно. Но для того, чтобы ребенок поверил в свой успех, в возможность преодоления проблем, в это должны поверить мы, взрослые.

## Как помочь ребёнку в учебных делах?

*1. Постарайтесь создать условия, облегчающие учебу ребенка:*

*бытовые - хорошее питание, щадящий режим, полноценный сон, спокойная бытовая обстановка, уютное и удобное место для занятий;*

*эмоциональные - проявляйте веру в возможности ребенка, не теряйте надежду на успех, радуйтесь малейшим достижениям, высказывайте любовь и терпение в ожидании успеха, не оскорбляйте его в случае неудачи; культурные – обеспечьте ребенка справочниками, словарями, пособиями, атласами, книгами по школьной программе, кассетами.*

*2. Слушайте своего ребенка: пусть он пересказывает то, что надо заучить, запомнить, периодически диктуйте тексты для записывания, спрашивайте по вопросам учебника и т.п.*

*3. Делитесь знаниями с детьми из области, в которой Вы преуспели, обогащайте их.*

*4. Помните, что не только оценка должна быть в центре внимания родителей, а знания, даже если сегодня ими пользоваться невозможно. Поэтому думайте о будущем и объясняйте детям, где и когда можно будет воспользоваться знаниями.*

*5. Создавайте традиции и ритуалы семьи, которые будут стимулировать учебную активность детей.*

*6. Не оставляйте без внимания свободное время ребенка, помогите сделать его полезным и содержательным.*

*7. Дайте почувствовать ребенку, что любите его независимо от успеваемости.*

*8. Регулярно знакомьтесь с расписанием уроков, факультативов, кружков, дополнительных занятий для контроля и для оказания возможной помощи.*

## Если ребёнок невнимателен?

С проблемой невнимательности детей чаще всего сталкиваются родители, чьи дети приступили к систематическому школьному обучению. И это вполне понятно, поскольку учебная деятельность требует от ребенка новых, более высоких форм произвольного поведения, способности управлять своими психическими процессами, в том числе и вниманием.

Как правило, родители прекрасно понимают, что хорошее внимание является одним из важнейших условий успешного обучения. Именно поэтому среди родительских наставлений в начале школьного дня чаще всего можно услышать: «Будь внимательным! Не отвлекайся в школе! Соберись на уроке! Хорошо слушай учителя!»

Для плохо успевающих школьников подобные призывы становятся весьма привычными. Однако, если у ребенка действительно существуют проблемы с развитием внимания, одними требованиями «быть более внимательным» здесь не обойтись.

### В чём причины невнимательности?

Для начала родителям необходимо разобраться в возможных причинах недостаточного внимания школьника. Перечислим наиболее распространенные из них.

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Дети, имеющие подобный диагноз, отличаются избыточной двигательной активностью, импульсивностью, слабой концентрацией внимания, высокой отвлекаемостью. Трудности с организацией их поведения и удержанием внимания, как правило, ярко обнаруживаются задолго до поступления в школу. Ситуация же школьного обучения лишь усугубляет их проблемы. От родителей таких детей требуется предельное терпение и последовательность в отношениях с ребенком. Они должны осуществлять свою воспитательную практику в тесном контакте с медиками, педагогами и психологами, поскольку дети с синдромом дефицита внимания нуждаются в специальной комплексной коррекционно-развивающей работе.

Хронические соматические заболевания, болезненность ребенка. Дети, имеющие слабое здоровье, отличаются высокой утомляемостью, низкой работоспособностью. Сниженная функция их внимания может быть обусловлена общим ослаблением организма. Такие дети нуждаются в обязательном соблюдении режима, дозировании нагрузок, отдыхе (желателен дневной сон). При соблюдении этих условий,

уменьшающих влияние физических и физиологических ограничений, такие дети могут иметь неплохое внимание.

Индивидуальные особенности нервной системы. Свойства высшей нервной деятельности влияют на развитие всех свойств внимания: для учащихся с сильной и подвижной нервной системой более характерно внимание устойчивое, хорошо переключаемое и распределяемое. Учащимся с инертной и слабой нервной системой более свойственно неустойчивое, плохо переключаемое и распределяемое внимание. Зная основные особенности нервной системы ребенка, родители могут помочь ему в развитии таких качеств и навыков внимания, которые поддаются тренировке: навыков поддержания внимания, его переключения и распределения.

Возрастные ограничения в развитии внимания. Внимание детей младшего школьного возраста может быть недостаточно совершенным в силу возрастных особенностей общего психического развития. Внимание в этом возрасте действительно еще слабо организовано, имеет небольшой объем, плохо распределяемо и неустойчиво. Причина этого — недостаточная зрелость нейрофизиологических механизмов, обеспечивающих процессы внимания, контроль за выполнением деятельности. Не найти, пожалуй, ни одного младшего школьника, в тетрадях которого время от времени не встречались бы, так называемые, ошибки «по невнимательности». На протяжении обучения в начальной школе в развитии внимания происходят существенные изменения, идет интенсивное развитие всех его свойств: резко (более чем в 2 раза) увеличивается объем внимания, повышается его устойчивость, развиваются навыки переключения и распределения. К 9–10 годам дети становятся способны достаточно долго сохранять и выполнять произвольно заданную программу действий. Считается, что младший школьный возраст является наиболее благоприятным для целенаправленного развития внимания ребенка.

Недостаточная мотивация выполнения деятельности. Хорошо известно, что даже маленький ребенок может проявлять завидную внимательность и сосредоточенность, если занимается тем, что ему очень интересно. И если бы детям можно было делать только то, что им нравится, взрослым бы не приходилось волноваться о развитии детского внимания. Как правило, речь о невнимательности детей заходит тогда, когда от них требуется выполнение чего-то малопривлекательного, не очень интересного и недостаточно значимого. Нередко в роли малопривлекательного занятия выступает учебная работа: ребенок, невнимательный на уроках в школе или при выполнении домашних учебных заданий, может со вниманием заниматься тем, что с учебой не связано (достаточно долго и сосредоточенно играть, смотреть телевизор, заниматься компьютером и пр.). В этих случаях речь может идти о недостаточном развитии у школьника познавательной учебной мотивации, обеспечивающей его полноценное включение в учебную деятельность. Однако учебные занятия, зачастую действительно рутинные и однообразные, далеко не всегда способны сами по себе пробудить и поддержать познавательную активность ребенка. И тогда на помощь в организации

учебной деятельности ребенка и поддержания его внимания к ней приходят другие, непознавательные мотивы: чувство долга и ответственности, желание получить хорошую отметку, удостоиться похвалы взрослого или избежать наказания и др. Во всех этих случаях речь идет о требовании от ребенка произвольного внимания, т.е. направленности, сосредоточенности на процессе деятельности, осуществляемом сознательно, при помощи волевого усилия. Таким образом, повышение внимательности школьника напрямую связано с развитием его полноценной познавательной активности и интереса к интеллектуальной деятельности, развитием мотивационной сферы в целом, а также волевых качеств. Решение этих непростых воспитательных задач требует от родителей достаточного времени и немалых усилий.

## Как поддержать ребёнка во время экзамена?

Не секрет, что успешность сдачи экзамена во многом зависит от настроения и отношения к этому родителей. Чтобы помочь детям как можно лучше подготовиться к экзаменам, попробуйте выполнить несколько советов:

Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене. Внушайте ему мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов - это отрицательно скажется на результате тестирования. Ребенок в силу возрастных особенностей может не справиться со своими эмоциями и «сорваться». Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.

Помогите детям распределить темы подготовки по дням.

Контролируйте режим подготовки ребенка к экзаменам, не допускайте перегрузок.

Обратите внимание на питание ребенка. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, курага и т.д. стимулируют работу головного мозга.

Накануне экзамена обеспечьте ребенку полноценный отдых, он должен отдохнуть и как следует выспаться.

Не критикуйте ребенка после экзамена.

Помните: главное - снизить напряжение и тревожность ребенка и обеспечить ему подходящие условия для занятий.

## Дети и деньги. ЗА или ПРОТИВ?

*Современные дети очень рано знакомятся с функцией и ролью денег в жизни человека. Они видят, что родители платят деньги в магазине и покупают им что-то. Они слышат разговоры о деньгах дома, по телевизору, на улице. Они рано понимают: деньги позволяют получить желаемое, и начинают стремиться к самостоятельному использованию денег.*

### ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ

*Приучайте ребенка к тому, что взятые в долг деньги необходимо всегда отдавать, и желательно в срок. Иначе окружающие перестанут ему доверять.*

*Отказываясь, что-либо купить ребенку, лучше не объяснять это отсутствием денег, особенно если он прекрасно видел у вас в кошельке крупные купюры. Объясните, что на сегодняшний день все покупки у вас распланированы и на желанную для него вещь денег не предусмотрено. Учите ребенка планировать траты. Например, собираясь гулять, обсудите с ним, сколько денег и на что вы собираетесь потратить. Постарайтесь не выходить за поставленные рамки. Иначе ребенок решит, что ваши планы ничего не значат, достаточно устроить истерику – и он все получит.*

*Не стоит дарить ребенку деньги с указанием, на что он должен их потратить. Другое дело, если ребенок давно мечтает о чем-то и ваш подарок поможет осуществить эту мечту.*

*Если вы предложили ребенку накопить денег, то дайте ему возможность пополнять копилку. Пусть он, например, оставляет себе сдачу после похода в магазин. Иначе для пополнения своих средств он может найти другой источник, не всегда законный.*

*Если ребенок, копивший деньги на определенную вещь, вдруг передумал ее покупать и решил потратить деньги на что-то другое, не следует ему препятствовать. Но он должен понимать, что вы ему этой вещи тоже не купите, что он таким образом от нее отказался окончательно.*

*С ребенком, взявшим деньги без спросу, следует серьезно поговорить. Ни в коем случае не следует называть этот поступок воровством или угрожать милицией и тюрьмой. Скажите ему: «Мы привыкли тебе доверять, и нас очень огорчает то, что ты не спросил у нас, прежде чем взять эти деньги. А вдруг они были отложены на что-то важное, например, на твою новую куртку, и нам не хватит именно той суммы, которую ты взял?»*

*Если ребенок слишком интересуется деньгами, используйте этот интерес для образовательных целей. Обратите внимание ребенка на внешний вид денег, их*



*символику, различия валют разных стран, на историю происхождения денег на материалы, из которых их изготавливают.*

*Учеба – это самая важная обязанность школьника, но это не его работа, поэтому не платите ему денег за приготовление уроков и хорошие оценки. Платой за прилежное учение является положительная оценка и приобретенные знания. Ученик должен быть активным, а не пассивным участником процесса обучения. Иначе он так и не научится самостоятельности. Ребенок будет ориентирован не на то, чтобы узнавать новое, учиться чему-то, а на то, чтобы получить оценку.*

## Почему убегают дети?

Общественное мнение сложилось так, будто бегут дети только из неблагополучных семей, где им не уделяется достаточного внимания, где их истязают. И, как бывает, мы неприятно поражены, когда вдруг исчезает наш ребенок, и оказывается, что его не похитили, а он просто убежал. И тогда мы задаемся вопросом, чего тебе еще не хватало: и в секции ты ходил, и музыкой занимался, и иностранный язык учил, и вдруг убежал? От родителей слышишь такие слова:

"Он ведь ребенок домашний, утром школа, затем в бассейн или в музыкальную школу, вечером подготовится к занятиям в школе и ложится спать. Ему и на улице некогда было гулять..."

Вот и получается, что ребенок не имеет возможности просто погулять со своими сверстниками, у него просто не остается времени. Ему хочется погонять в футбол во дворе, но нужно идти на занятие языком, ему хочется посмотреть телевизор, но нужно готовиться к занятиям в школе или разучивать гаммы. И тогда ребенок начинает протестовать, он может просто не выучить урок, прогулять занятие или сбежит из дома, и он бежит не от родителей, которых он любит, а от их методов воспитания, от непосильных нагрузок, он хочет быть ребенком, обычным мальчиком или девочкой, которые могут сами распоряжаться своим личным временем.

Вы когда-нибудь задумывались, хочет ли ваш ребенок учиться музыке или заниматься в какой-то секции. Зачастую родители при выборе занятия ребенка руководствуются лишь личными мотивами, и не прислушиваются к желанию своего ребенка. Они хотят, чтобы их ребенок был не хуже других, и если у знакомых их дети играют на музыкальном инструменте, так чем же хуже наши, и тянут ребенка в музыкальную школу, а он мечтает лишь об одном потерять свой музыкальный инструмент или получить травму, чтобы хоть какое-то время отдохнуть от занятий. А мы, взрослые, придя в гости или приглашая к себе, заставляем ребенка, сами этого не осознавая, говорить наши слова, что это ему нравится, даже не желая слышать истинного мнения ребенка, да он и не высказывает, он боится упреков родителей: "Сколько мы в тебя денег вложили, сколько времени потратили..."

Наказание должно быть адекватно проступку. Нельзя наказывать ребенка только из-за того, что вам больше не на ком выместить свою злость или обиду, решив, что наказание для профилактики не повредит. Оно вредно, оно воспитывает в ребенке жестокость, и с возрастом ребенок, впитав ту ненависть, которую вы ему вложили, сполна возвратит ее вам. А пока он, протестуя против вашего произвола, бежит из дома или из жизни, ища людей, способных понять его и приласкать, попадая подчас в преступные компании.

Побег ребенка обычно связан с тем, что он был не понят в семье, его могли незаслуженно наказать. Ребенок старается защититься, ища поддержки и защиты на

стороне, и тогда он, прихватив деньги и вещи, уходит из дома. Когда вроде бы хочет вернуться, он боится вашего гнева, ведь ему не раз попадало за нечаянно разбитую вазу или чашку, и у него сложилось достаточно прочное мнение, что вещи вам дороже его самого, и ребенок вынужден устраивать свою жизнь в стороне от дома.

Дети бегут из дома, протестуя против невыносимых условий, которые мы создаем им, не желая считаться с мнением ребенка, хочет ли он заниматься каким-либо делом или нет. Другой причиной ухода ребенка бывает несправедливое наказание, неадекватное его поступку. А потом, когда первая обида пройдет, ребенок готов вернуться домой, но он боится это сделать, зная о неизбежном наказании, и круг замыкается. Ребенок бежит от наказания и боится возвращаться из-за него же, т. е. выхода у него нет, и он остается на улице, пока он не попался на преступлении или не стал жертвой преступника.

### Как избежать ненужных конфликтов и ухода детей из дома?

Боясь влияния улицы на ребенка и стараясь его занять чем-нибудь, руководствуйтесь желаниями самого ребенка, не давайте ему чрезмерных нагрузок, когда у него не остается времени для того, чтобы просто подышать свежим воздухом или поиграть во дворе; не забывайте - он еще ребенок.

Если кто-то жалуется на поведение ребенка, не спешите его наказывать, выясните мотивы его поступков.

Выбирайте наказание, адекватное проступку.

Не избивайте ребенка из-за того, что у вас плохое настроение или для "профилактики".

Поговорите с ребенком. Объясните ему, что, даже если он вдруг сделает необдуманный шаг и решит уйти в "путешествие", захватив при этом ваши сбережения, вы все равно будете его ждать, ведь он для вас самое дорогое. А его поступок поставит вас не только в тяжелое моральное положение, но и может вызвать материальные затруднения. Но в любом случае вы его ждете.

Будьте внимательны и справедливы к своим детям, решайте вместе с ними их проблемы, и тогда ваш ребенок вряд ли уйдет из дома.

## ДЕСЯТЬ «ЗАПРЕЩЕННЫХ» ОБРАЩЕНИЙ К РЕБЕНКУ:

*«Сколько раз тебе повторять»*

*«Я сказала - сделай»*

*«Ты что, не понимаешь?»*

*«У всех дети как дети, а ты»*

*«За что мне такое наказание»*

*«Не лезь, если не можешь сделать»*

*«И в кого ты такой»*

*«Неужели тебе трудно запомнить»*

*«Я тысячу раз тебе говорила»*

*«У моей подруги ребенок просто ангел, а у меня»*

## ДЕСЯТЬ «НУЖНЫХ» ОБРАЩЕНИЙ К РЕБЕНКУ:

*«Давай решим вместе»*

*«Как ты думаешь»*

*«Мой любимый»*

*«Это ты хорошо придумал»*

*«Такое только ты мог придумать»*

*«Я не сомневаюсь, что ты у меня самый умный»*

*«Я так благодарна судьбе, что ты у меня есть»*

*«Уверена, что ты сможешь»*

*«Я всегда знала, что мой ребенок самый лучший»*

*«У меня малыш просто ангел».*

