

Департамент образования Ярославской области

Государственное общеобразовательное бюджетное учреждение  
Ярославской области «Ярославская школа-интернат №6»

Фонд поддержки детей,  
находящихся в трудной жизненной ситуации



# Памятка приемного родителя



Ярославль, 2016

Ребенок становится счастливым,  
как только ощущает к себе искреннюю и  
бескорыстную любовь.

(Ш.А.Амонашвили)



**Составители: Закатова Ирина Николаевна, доктор педагогических наук, Митюкова Светлана Павловна, Хазова Дарья Константиновна. Название – Памятка приемного родителя. Ярославль: «Ярославская школа-интернат №6», 2016**

*Памятка приемного родителя содержит конкретные рекомендации по оказанию помощи детям в кризисные периоды их жизни. Пособие для родителей и замещающих семей, полезно так же специалистам-практикам, работающим с детьми.*

**Ресурсный центр содействия семейному устройству на базе ГОБУ ЯО «Ярославская школа-интернат № 6»**

Адрес: г. Ярославль, ул Клубная, д.40 Телефон, факс:  
8(4852) 24-90-64, 24-93-10

Электронный адрес :internat6yar@mail.ru

Сайт: www.интернат6.рф

<b>Содержание</b>	<b>стр.</b>
Если Вы хотите стать приемным родителем.....	4
Какую информацию о ребенке вам желательно получить.....	5
Первые дни ребенка дома.....	6
Гиперактивность.....	8
Импulsивность.....	10
Непоседы и шустрики.....	11
Медлительные дети.....	12
Тихони.....	13
Леворукость.....	14
Агрессивность.....	15
Бранные слова.....	17
Задиры и драчуны.....	18
Воровство.....	19
Побеги.....	20
Ложь.....	21
Непослушание ребенка.....	22
Строптивость или «Да ну!».....	23
Упрямство, или «Я так хочу!».....	24
Истерики.....	25
Капризы.....	26
«Кривляки» и «визжалки».....	27
Игнорирование ребенком просьб родителей.....	28
Нежелание укладываться спать.....	29
Застенчивость.....	30
Неуверенность в себе.....	31
Тревожность.....	32
Комплекс вины.....	33
Страхи.....	34
Стресс.....	35
Навязчивые действия.....	36
Энурез.....	37
Школьная неуспеваемость.....	38
Нежелание учиться.....	39
Как помочь ребенку наладить взаимоотношения с одноклассниками? ...	40
Проблемы во взаимоотношениях с учителями.....	41
Проявления родительской любви.....	42
Запреты.....	43
Наказания.....	44
Детская ревность.....	45
Карманные деньги.....	46
Скрытый вред телевизионного экрана.....	47

## Если Вы хотите стать приемным родителем....

### Родители - образец для подражания

*«Дети не очень внимательно слушают старших,  
но не упускают ничего в подражании им».*

*Джеймс Болдуин*

Наши мысли и убеждения в сочетании с привычными действиями - это то, что мы передаем своим детям на повседневной основе. Мы служим моделью, на которую они смотрят снизу вверх. И это может иметь как положительные, так и пагубные последствия. Хорошо, когда мы сами служим образцом поведения, которое мы хотели бы видеть в своих детях. Но порой бывает, что вопреки своим самым благим намерениям мы внушаем детям вредные идеи.

Например, в тех случаях, когда мы ощущаем беспокойство и пытаемся оградиться от внушающих тревогу обстоятельств защитным барьером, мы, сами того не желая, приучаем детей бояться незнакомых ситуаций, а не преодолевать их.

Напротив, когда мы сами ощущаем подъем и проявляем готовность завоевать весь мир, мы передаем эту мужественную установку и своим детям.

Давайте признаем, у каждого из нас бывают дни «удачные» и «неудачные». Никто из нас не совершенен, и мы не должны требовать этого совершенства от себя. Мы должны, однако, осознавать, что всегда остаемся моделью для наших детей, что бы мы ни делали.

Наша собственная сущность - ключ к тому, кем станут наши дети.

Если мы хотим, чтобы наши дети были терпеливы, мы на собственном примере должны демонстрировать терпенье в житейских делах - и не изредка, а регулярно и последовательно. Если мы хотим, чтобы у наших детей было много друзей, мы сами должны иметь много друзей. Если мы хотим, чтобы они были участливыми и заботливыми к другим, мы сами должны быть образцом заботливости и участия.

Ганди сказал: «Мы сами должны быть той переменной, какую хотим видеть в окружающем мире». Поэтому мы сами должны быть тем, кем хотим видеть своих детей.

Познав себя и поняв, что дети во всем подражают нам, мы можем при необходимости корректировать свое поведение. Мы должны пристально всмотреться в себя и, не преувеличивая своих достоинств и недостатков, разобраться, что своим поведением сообщаем своим детям. Ирония жизни в том, что даже если мы не готовы измениться к лучшему ради самих себя, мы сделаем это ради детей.

Таким образом, дети делают нам еще один неожиданный подарок - они побуждают нас проявлять себя с самой лучшей стороны.

## ***Какую информацию о ребенке вам желательно получить***

*Если вы находитесь на стадии знакомства с ребёнком, то необходимо узнать о ребенке как можно больше: о его прошлом, родителях, о нем самом, - его поведении, вкусах и привычках. Чем больше информации вам удастся собрать, тем больше шансов у вас будет для успешного начала новой этапа семейной жизни, тем увереннее вы будете чувствовать себя в роли родителей.*

*Конечно, узнать буквально все вам не удастся, но полученная информация поможет вам подготовиться к решению имеющихся и избежать некоторых новых проблем.*

*Обязательно поговорите не только с руководителями учреждения, но и с медицинскими работниками:*

*узнайте у них анамнез ребенка - сведения о том, как протекала беременность матери, какой она была по счету, какие были последствия предыдущих беременностей;*

*наблюдалась ли мать у гинеколога;*

*с каким весом, ростом родился ребенок, были ли какие-либо осложнения во время беременности и родов, как развивался ребенок на первом году и в последующие годы;*

*чем болел ребенок за эти годы и как лечился;*

*сделаны ли все положенные по возрасту прививки или есть отводы, по какой причине;*

*есть ли аллергические реакции.*

*Обычно эти сведения очень скудны и в деле ребенка имеется информация о состоянии его здоровья только с момента поступления в приют, дом ребёнка или др. учреждение.*

*Опросите социальных работников, специалистов опеки, - постарайтесь узнать сведения о происхождении ребёнка, включая:*

*юридическо-правовой статус ребёнка;*

*расовое/этническое происхождение и религиозная принадлежность родителей;*

*когда и при каких обстоятельствах ребенок попал в учреждение, если он некоторое время жил в семье, то какая была ситуация в семье;*

живы ли родители, бабушки, дедушки, есть братья и сестры, другие родственники, общается ли ребенок с ними, отношение к его нахождению в учреждении родственников;

для подкинутых и оставленных детей - сведения, удостоверяющие происхождение ребёнка, по возможности подтверждённые документально, кто и при каких обстоятельствах дал ребенку имя, отчество, фамилию;

подробную хронологию истории его размещений с датами и причинами переселений, с кем он раньше жил и кто о нем заботился, имеются ли в деле письменные отзывы, характеристики из детского сада, школы, и других учреждений, в которых он жил;

сделайте фотографию ребёнка.

*Обязательно поговорите с воспитателями группы и поинтересуйтесь у них:*

какими дополнительными именами и прозвищами называли ребёнка, и кем они были даны;

каков распорядок дня в учреждении;

какая у него любимая и нелюбимая еда;

какими навыками самообслуживания ребенок обладает;

есть ли особые потребности, трудности у ребенка, с чем они связаны;

возникают ли проблемы со сном, трудности с укладыванием спать или подъёмом;

как ведет себя ребенок в группе, есть ли у него привязанности, друзья, кто они;

что делает ребенок, когда он расстроен, сердит или испуган;

как ребенку нравится, чтобы его утешали, как откликается на ласку, замечены ли способности, навыки, таланты, имеются ли отзывы, характеристики из других учреждений (кружки, студии и др.), которые посещает ребенок, его любимые игры, книги, игрушки, иные пристрастия.

## ***Первые дни ребёнка дома***

*Если вы взяли ребёнка воспитывавшегося в учреждении, то первые дни и недели его пребывания в семье у него могут возникнуть, кажущиеся странными, особенности поведения. В этой памятке мы постараемся объяснить их причины и дать некоторые рекомендации как сгладить возможные проблемы и упростить ребёнку привыкание к семье и её укладу.*

*Дело в том, что почти во всех детских сиротских учреждениях, в связи с особенностями их организации, к детям применяется поточный метод воспитания, подавляющий индивидуальность ребёнка и вырабатывающий привычку к жёстким нормам и правилам. Другой фактор это практически полное отсутствие в таких учреждениях мужчин и соответственно опыта общения детей с ними. Резкое изменение распорядка, расширение круга контактов, отрыв от привычной обстановки может спровоцировать беспокойство, расстройство сна, аппетита, появление моторных расстройств и неадекватные реакции на ваши действия и слова.*

*Помните:*

*1. У ребёнка был жёсткий режим, старайтесь его не сразу и не сильно менять. Выясните, какой был режим для ЭТОГО ребёнка в ЭТОМ учреждении. Какие реакции проявлял он при изменении режима, или какие тенденции в нарушении его проявлял. Если ему нравилось засыпать позже остальных, то пусть у вас дома режим сместится в эту сторону, но не сильно.*

*2. Выясните предпочтения в еде, чем он питался, не настаивайте, если ребёнок будет отказываться от каких-то ценнейших на ваш взгляд продуктов, например рыбы, фруктов, зелени. Не беспокойтесь, со временем он всё это начнёт есть сам.*

*3. Не стоит вываливать на него горы новых игрушек, не обязательно они вызовут у него бурю восторга, маленького ребёнка непривычные игрушки могут и напугать. Если возможно попросите в учреждении игрушку, к которой он больше всего привык. Постарайтесь воссоздать в доме какие-то элементы знакомые ему по учреждению, и создающие у него ощущение знакомого и приятного.*

*4. Не перегружайте ребёнка эмоциональными впечатлениями. Первое время ограничьте встречи с другими взрослыми и детьми. Гости и родственники вполне могут подождать неделю, пока ребёнок немного адаптируется и почувствует себя в доме увереннее.*

5. Устраните новые для ребёнка резкие и громкие звуки, сильные запахи. Вынесите из его комнаты сильно пахнущие растения, косметические средства.

6. Если у вас есть домашние животные, будьте особенно аккуратны и постарайтесь, чтобы знакомство произошло плавно и в доброжелательном ключе, при хорошем настроении всех участников процесса.

7. Если что-то ребёнку особенно нравится в еде или развлечениях, не старайтесь выдать это всё и в максимальных количествах. Принцип «один раз и до отвала» здесь не срабатывает, но может привести к серьёзным расстройствам или аллергическим реакциям. Умеренность и постепенность, в это время, для ребёнка гораздо важнее мер по компенсации обделённости его в прошлом.

8. Не спешите к увеличению познавательных нагрузок. Старайтесь не перегружать ребёнка на первом этапе, необходимо, чтобы ребёнок почувствовал себя в доме защищённым, а главное здесь стабильность и отсутствие избыточной новизны, и так её будет предостаточно. Даже более старших детей, как бы вам не хотелось дать им возможно больше и скорее, не торопитесь перегружать новыми впечатлениями. Совершенно не обязательно совершать дальние прогулки или поездки в клубы, музеи и на праздники. Позвольте им сначала хорошо ознакомиться с домом.

9. Не надейтесь, что ребёнок сразу выкажет положительную эмоциональную привязанность, скорее он будет ярче проявлять беспокойство при вашем отсутствии.

10. Первое время старайтесь быть с ребёнком как можно чаще вместе, разговаривайте с ним, обращаясь «глаза в глаза». Говорите с ним о том, что ему интересно, внимательно слушайте всё что он рассказывает, но старайтесь резко не реагировать на страшные рассказы, нецензурные слова. Не останавливайте его, если он рассказывает ужасы своей прежней жизни, играет в игры, где представляет себя жертвой. Накопившийся негатив требует выхода и не может быть забыт за один день. Проявите терпение. Лечит время, внимание и любовь.

\*\*\*

Чтобы было проще представить, что происходит с ребёнком во время первых дней освоения нового дома, попробуйте вообразить себе, что вы неожиданно оказались на чужой планете, где море новых непонятных ощущений, а каждый незнакомый шорох содержит угрозу, и единственный кто может помочь ему почувствовать себя в безопасности это вы.

# Гиперактивность

## Признаки

- чрезмерно подвижен, невнимателен, эмоционально неустойчив;
- быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает.
- с трудом укладывается спать, а если спит, то урывками, беспокойно.
- часто возникают кишечные расстройства, всевозможные аллергии;
- не реагирует на запреты и ограничения, часто провоцирует конфликты.
- не контролирует свою агрессию - дерется, кусается, толкается.
- снижена самооценка, неуверен в себе;
- нарушена моторика, зрительно-моторная координация;
- постоянная потребность в сенсорных раздражителях;
- Недостаточные адаптационные возможности.

## Причины (биологического характера на 100%):

1. Патологически отягощенная наследственность (генетический дефект).
2. Раннее органическое повреждение центральной нервной системы.

## Рекомендации родителям

- Уважайте ребенка, принимайте его таким, каков он есть.
- Поддерживайте позитивную установку, хвалите, подчеркивайте успехи ребенка.
- Говорите с ребенком сдержано, спокойно, мягко (окрики возбуждают ребенка),
- Поддерживайте дома четкий распорядок дня.
- Не допускайте вседозволенности.
- Избегайте повторений слов «нет» и «нельзя».
- Помогайте ребенку организовывать свою деятельность, правильно планировать и распределять собственные силы и время.
- Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
- В определенный отрезок времени давайте ребенку только одно задание, чтобы он мог его завершить.
- Убедитесь, что ребенок понимает ваши указания.
- Научите ребенка устанавливать «тихие перерывы».
- Формируйте приемы управления поведением.
- Оберегайте ребенка от переутомления, связанного с избыточным количеством впечатлений (телевизор, компьютер), избегайте мест с повышенным скоплением людей (магазинов, рынков).
- Будьте менее требовательными, постарайтесь снизить нагрузку
- Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию - прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба и не бокс, т.к. эти виды спорта травматичны). Нельзя сдерживать естественную потребность ребенка поиграть в шумные игры, порезвиться, побегать, попрыгать.
- Приучайте ребенка к пассивным играм чтение, рисование, лепка, конструирование.

Помогайте окружающим понять ребенка. Не забывайте говорить ребенку, как сильно вы его любите. Научите ребенка расслабляться - с помощью музыки, дыхательных упражнений.

## **Импульсивность**

Импульсивность - особенность поведения ребенка, склонность действовать по первому побуждению.

### **Признаки**

➤ Нетерпеливость, вспыльчивость, несдержанность, раздражительность.

- Легко возникающие и быстро проходящие обиды.
- Отвлекаемость, беззаботность, легкомыслие, безответственность.
- Эмоциональная неустойчивость.
- Быстро, не колеблясь, принимает решения, отсутствует самоконтроль.
- Может резко отказаться от еды, которую не любит.
- Когда кто-то на него кричит, он тоже кричит в ответ.
- Обычно уверен, что справится с любым заданием.
- Может нагрубить взрослым.
- Это человек действия, рассуждать не умеет и не любит.
- В играх не подчиняется общим правилам.
- Горячится во время разговора, часто повышает голос.
- Легко забывает поручения старших, увлекается игрой.
- Любит организовывать и предводительствовать.
- Похвала и порицание действуют на него сильнее, чем на других.

### **Причины**

- Врожденные свойства нервной системы.
- Недостаточная зрелость нервной системы.
- Индивидуальные особенности

### **Рекомендации родителям**

➤ Поощряйте ребенка во всех случаях, когда он пытается сдержаться, отвлечься от соблазна, когда делает пусть робкие попытки подождать, потерпеть, когда выражает желание остановить себя, предупредить срыв, ростки саморегуляции надо замечать и закреплять.

- Чаще обращайтесь к играм, в которых ребенку легче взять себя в руки.
- Обучайте ребенка игровым приемам отвлечения от соблазнов.
- Давайте ребенку задания, успешность выполнения которых зависит от умения ребенка взять на себя ответственность, довести задуманное до конца, переступить через мелкие обиды и недоразумения ради скорейшего достижения общей цели.

## Непоседы и шустрики

### Признаки

- Повышенная двигательная и речевая активность.
- Ловкость и общительность.
- Ребенок внимательно слушает и живо откликается на все, что привлекает его внимание.
- У ребенка очень живая мимика, по его лицу можно прочитать, что он чувствует в данный момент.
- Эмоционален и впечатлителен.
- Слезы, быстро появляются и быстро исчезают.
- Заводила, выдумщик, фантазер.
- Быстро находит себе интересное дело.

### Причины

- Особенности нервной системы (это маленькие сангвиники).

### Рекомендации родителям

- Помочь ребенку самоутвердиться среди сверстников, ему нужно выбрать свой стиль и темп деятельности.
- Дети - сангвиники быстро устают от однообразия. Как только деятельность теряет свою привлекательность, ребенок постарается ее прекратить. Переключите его на другой вид деятельности.
- Чтобы избежать поверхностного и небрежного выполнения задания, обратите внимание на качество выполнения работы! Предложите ребенку плохо выполненную работу сделать заново: «Что-то мы с тобой кляксы по всему рисунку не заметили? Попробуй еще раз дождик мелкий-мелкий нарисовать».
- Не ругайте ребенка за несобранность, рассеянность, несерьезность, неаккуратность, воспитывайте эти черты терпеливо, примером, занимайтесь с ребенком и чаще хвалите его.
- Снисходительность к мелким на первый взгляд нарушениям правил порядка разбросал карандаши, не сложил игрушки, бросил куртку и отсутствие контроля способствует разрушению полезных привычек. Нужны постоянный доброжелательный контроль, подсказка, напоминание.
- Приучайте ребенка выполнять одно дело за другим по очереди, доводя начатое дело до конца.
- Помните, что ваш ребенок: энергичен и работоспособен; умеет быстро сосредоточиться; будет последовательно с интересом и умением выполнять одно дело за другим; надо научиться замечать свои ошибки и без напоминания исправлять их, но этому его научить.

## Медлительные дети

### Признаки

- Медлительный, спокойный молчун.
- Когда вокруг громко смеются, может оставаться невозмутимым.
- Во время ссор и неприятностей остается спокойным.
- Ненаходчив, с трудом переключает внимание и долго привыкает к новой обстановке.
- У него бедная мимика, движения невыразительны и замедлены.
- Разговаривает медленно с паузами, но при этом знает много стихов и песен, новое не любит, но с удовольствием вспоминает все уже известное.
- Новые правила схватывает медленно и неторопливо, зато запоминает надолго и редко ошибается.
- Мало двигается, мало фантазирует, играет спокойно и нешумно.
- Во всем любит порядок и добротность, тщательно складывает одежду и игрушки.
- Трудно привыкает к новой обстановке, новым требованиям, трудно расстается с родителями, знакомится с детьми.

### Причины

Особенности нервной системы (это маленькие флегматики).

### Рекомендации родителям

- Не спешите, не торопите и не подгоняйте ребенка.
- Хвалите даже за незначительное проявление расторопности и быстроты.
- Развивайте творческое воображение, фантазию ребенка.
- Учитывайте индивидуальный темп ребёнка – отводите больше времени на сборы куда-либо; заранее предупреждайте ребенка, когда будет пора заканчивать деятельность, но никогда не прерывайте его резко.
- Принимайте и уважайте ребёнка таким, какой он есть.

# Тихони

## Признаки

- С трудом вступает в контакт с детьми.
- Нерасторопный и неуклюжий.
- Не участвует в шумных и активных играх.
- Тихий, добрый, мягкий, открытый и доверчивый ребенок.
- К чужим людям относится, насторожено, может испугать незнакомого взрослого или сверстника, не захотеть с ними разговаривать или играть.
- Долго медленно засыпает, плохо просыпается, долго не может подняться.
- Любит уединяться, чтобы поразмышлять.
- Слишком рассудителен, а медлительность и грусть придают ему свойство «маленького взрослого».
- Быстро устает.
- Если расстроится, будет плакать горько и очень долго, а потом еще долго будет вспоминать обиду.
- Характерны низкая активность и сдержанность, неяркое проявление чувств и тихая речь, эмоциональная ранимость, замкнутость и отчужденность, тревожность и неуверенность в себе.
- Свойственны высокая чувствительность к допущенным ими ошибкам и высокий уровень самоконтроля.

## Причины

- особенности нервной системы (это маленькие меланхолики);
- условия воспитания и роста причина медлительности ребенка.

## Рекомендации родителям

- Главное - щадящий режим и принцип постепенности.
- Не подшучивайте над ребенком, не подчеркивайте его недостатки это может закрепить неуверенность в своих силах.
- Не скупитесь на похвалу, говорите мягко, но уверенно.
- Развивайте стремление к активности, умение преодолевать трудности.
- Помогайте ребенку одерживать маленькие победы над своей застенчивостью: заговорить первым, сделать покупку, найти нужный дом.
- Предоставьте ребенку самостоятельность, не спешите все решать и делать за него.
- Учите ребенка рассказывать о своих чувствах.
- Помогите ребенку найти друзей, преодолеть робость, неуверенность в себе, излишнюю тревожность.
- Не проявляйте чрезмерную строгость, требовательность, не наказывайте и не повышайте голос,- это может вызвать слезы, замкнутость, переживания.

# Леворукость

## Причины возникновения

- Наследственность
- Осложнение в раннем периоде развития: родовая травма (гематома на левой части головы).
- Травмы правой руки (переломы, вывихи, растяжение связок), перенесенные в раннем детстве.
- Нарушения нервно-мышечной регуляции и мышечного тонуса справа делают более удобные движения левой рукой (последствия ДЦП).

## Последствия переучивания

1. Недостатки в развитии моторных навыков, пространственного восприятия и зрительно-моторной координации: линии не ровные, разорванные, с поправками и обводками, соотношение элементов нарушено, искажение форм и частей фигур, искажение величины, нарушение пропорций, неуверенные штрихи; ручку держит вертикально, захватывая ее в «щепоть».
2. На всю жизнь остается более тонкая координация левой руки, часто только пишут правой рукой (причем подчерк, как правило, далек от совершенства), а все остальные бытовые и профессиональные действия выполняет левой.
3. Эмоционально-личностные проблемы: сниженный фон настроения; плохой сон; страхи, высокая истощаемость; резкое снижение работоспособности; быстрые переходы от чрезмерной подвижности к вялости: вспыльчивость, порой переходящая в агрессию, раздражительность;
4. Учебные проблемы: нарушение темпа и ритма письма; пропуски букв, замены и перестановка, часть букв с зеркальным отражением; искаженный подчерк; трудности в переключении внимания; неустойчивость внимания (невнимательность, неусидчивость), трудности в чтении и математике.
5. Тремор (дрожь в руке).
6. «Писчий спазм» (при попытке писать судорожно, сводить пальцы).
7. Энурез (ночное непроизвольное мочеиспускание).
8. Развитие невроза.
9. Отказ ребенка рисовать, писать.
10. Замедление роста (физическое).
11. Нарушение процесса адаптации к школе и формирование негативного отношения к школе, возникновение конфликтных отношений с учителями и сверстниками.

## Рекомендации родителям

- Консультация и помощь врача и психолога.
- Изменение отношений к ребенку со стороны взрослых.
- Не допускать повторной смены руки (если уже было переучивание).
- Использование комплекса мер для тренировки левой (ведущей) руки, которые включают специальные упражнения, массаж, тренировку графических движений (не букв), пальчиковая гимнастика.
- Щадящий режим и эмоционально-психологическая разгрузка.
- Насильственное переучивание леворукого ребенка в дошкольном возрасте, и особенно в процесс обучения в школе, наряду со всем комплексом отрицательных воздействий школы может быть причиной не только школьных трудностей, но и нарушения психического здоровья ребенка и формирования его личности.

# Агрессивность

## Признаки

### 1. Деструктивная агрессия:

- драки, ссоры, детские разборки;
- насилие, жестокость, ненависть, нанесение душевных и физических травм;
- порча игрушек и других предметов;
- оскорбления, дразнилки, обидные фразы;
- недоброжелательность, злоба, придирчивость, гнев, раздражение, упрямство;
- непослушание, сопротивление, замкнутость, враждебность.

### 2. Конструктивная агрессия:

- активность, стремление к достижениям, предприимчивость, инициативность;
- защита себя и других;
- завоевание свободы и независимости, защита собственного достоинства.

## Причины агрессивного поведения детей:

- агрессивное поведение родителей, которым подражает ребенок (ссоры, взаимные оскорбления);
- проявление нелюбви к ребенку, формирование у него ощущения беззащитности, опасности и враждебности окружающего мира;
- избыток или недостаток внимания со стороны родителей;
- отсутствие эмоционального поощрения от родителей;
- неуважение к личности ребенка;
- взаимодействие во время игр со сверстниками, проявляющими агрессию, от которых дети узнают о преимуществах агрессивного поведения («Я самый сильный- и мне все можно»);
- чрезмерный контроль или полное отсутствие его;
- подавление стремления ребенка к самостоятельности со стороны взрослых;
- сцены насилия, демонстрируемые с экранов телевизоров, способствующие повышению уровня агрессивности зрителя, и в первую очередь детей.

## Рекомендации родителям

- проявляйте любовь к ребенку в любой ситуации, уважительно относитесь к личности ребенка, считайтесь с его мнением, воспринимая всерьез его чувства, предоставляйте ребенку достаточную свободу и независимость, за которую он будет сам нести ответственность;
- контролируйте собственные агрессивные импульсы, всегда помнив,

что дети учатся приемам социального взаимодействия, прежде всего, путем наблюдения за поведением окружающих людей (в первую очередь, родителей);

- устанавливайте социальные правила поведения в доступной для ребенка форме;

- не применяйте физические методы наказания по отношению к ребенку;

- хвалите ребенка за старательность. Нужно хвалить не односложно: «Молодец!», - а стараться сказать, что именно он сделал хорошо и почему вы довольны;

- адекватно оценивайте возможности ребенка;

- беседуйте с ребенком о его поступке без свидетелей (родственников или других детей), старайтесь использовать меньше эмоциональных слов (стыдно и др.);

- не оценивайте личность ребенка, а говорите о нежелательных действиях ребенка;

- исключайте ситуации, провоцирующие негативное поведение ребенка;

- предоставляйте возможность ребенку получить эмоциональную разрядку в игре, спорте, обучая ребенка выражению враждебных чувств социально приемлемым способом: словом или в рисунке, лепке или при помощи игрушек, или действий, безобидных для окружающих;

- говорите с ребенком о своих чувствах и переживаниях на языке внутреннего «Я». Например, «Мне было так обидно и неприятно, когда учитель жаловался на тебя».

- любите ребенка просто за то, что он у вас есть. Нет ребенка, который, чувствуя себя любимым, был бы агрессивным.

- Помните: одно лишь ласковое слово может снять озлобление ребенка

## **Бранные слова**

### **Признаки**

- Употребление в речи нецензурных выражений;
- обзывание родителей и окружающих грубыми словами, которых раньше не употреблял.

### **Причины их употребления**

- Подражание окружающим взрослым.
- Желание не быть белой вороной в кругу сверстников.
- Желание привлечь к себе внимание.
- Выражение агрессии.

### **Рекомендации родителям**

Профилактика бранных слов невозможна, потому что дети наши живут не под стеклянным колпаком, поэтому:

- Создайте у ребёнка иммунитет против слов-ругательств, противопоставив лексике улицы стиль речи и лексику семьи.
- Если услышали от ребёнка бранные слова, постарайтесь не расслышать, не заметить их, не обратить внимание.
- Не ругайте ребенка и не угрожайте, что станете ругать его, если он будет говорить бранные слова.
- Если вы уверены, что ребенок не обратил на произнесенные бранные слова внимания, например, был чем-то занят, вы можете сделать вид, что не слышали бранных слов, произнесенных в вашем присутствии и не акцентировать на них его внимание.
- Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок был как можно более откровенен с вами. Это позволит непосредственнее высказываться в вашем присутствии, и тогда то, чему он научился, он скажет Вам, а не произнесет при посторонних.
- Если случится, что ребенок обронит какое-нибудь бранное слово при посторонних, кратко извинитесь за него, и сразу же смените тему разговора.
- Постарайтесь, чтобы ребенок понял, что употреблять в речи бранные слова неприлично. При этом ваш тон должен быть спокойным, добродушным, ни в коем случае не раздраженным. Если вы покажите, что шокированы и возмущены, ребенок может повторять эти слова специально, чтобы подразнить, позлить вас.
- Научите ребёнка социально приемлемым способам выражения агрессии.

## Задиры и драчуны

### Признаки

1. Несдержан, нетерпелив, вспыльчив;
2. Быстро заражается своими желаниями;
3. Всегда знает чего хочет, настойчив, решителен, бесстрашен;
4. Любит резкое переключение;
5. Поведение подобно урагану:
  - ✓ спит мало, просыпается рано и встает быстро;
  - ✓ в еде неразборчив, ест быстро, с аппетитом, но любит, и перехватить на ходу, не дожидаясь обеда или ужина;
  - ✓ импульсивен, неспособен к самоконтролю;
  - ✓ излишне самостоятелен;
  - ✓ часто конфликтует со сверстниками;
  - ✓ чрезмерно раздражителен, вспыльчив и агрессивен;
  - ✓ подвержен вспышкам гнева, он драчун и крикун;
  - ✓ решение принимает сам, не прислушиваясь к мнению других;
  - ✓ Любит играть в быстрые, стремительные игры.

### Причины

Особенности нервной системы (это маленькие холерики).

### Рекомендации родителям

1. Не ограничивайте ребенка, а регулируйте интенсивность движений, направляйте характер активности, учите движениям, требующим сосредоточенности, точности и сдержанности.
2. Не пытайтесь сделать ребенка-холерика тихим, спокойно подолгу сидящим на одном месте.
3. Не упрекайте ребенка за непоседливость и не уговаривайте постоять или посидеть тихо.
4. Не водите его за руку и не читайте нотаций.
5. Организуйте жизнь ребенка так, чтобы его активность находила разумный выход, полезное применение.
6. Поддержите полезные увлечения ребенка, используя, его любимые подвижные, спортивные игры.
7. Не допустимы «сильные» меры окрики, угрозы, шлепки, дергание за руку: они только усиливают напряжение и возбуждение ребенка.
8. Ограничьте все, что возбуждает нервную систему ребенка, особенно вечером, ближе ко сну «неутомимый» холерик нуждается в особо щадящем режиме.
9. Говорите с ребенком спокойно, но требовательно, без крика и уговоров.
10. Используйте спокойные игры, которые нравятся и увлекают вас обоих и требуют времени и сил, а значит усидчивости.
11. Не следует корить за чрезмерное возбуждение они не услышат слов. Здесь уместны шутки и юмор.
12. Терпеливо учите, применяя подсказку, напоминание, одобрение, замечание, выполнять правила общения с окружающими: говорить спокойно и не глотать слова; считаться с желаниями других; уступать; не лезть вперед; ждать своей очереди.
13. Научите ребенка спокойно воспринимать поражения в играх или соревнованиях.

# Воровство

## Причины

1. Личностные позиции (они могут быть неосознанны ребенком):
  - «мне никогда не купят эту вещь»;
  - «я не имею права просить поиграть с этой вещью»;
  - потребность в самовыражении.
2. Чувство одиночества, обиды, фрустрированность, отсутствие силы «Я» (ответственности, самостоятельности и т.п.).
3. Застенчивость и страх в ситуации необходимости открыто попросить о том, что является предметом желаний, (это появляется как результат предшествующих фрустраций и отказов).
4. Слабость произвольной сферы. Импульсивное побуждение украсть, появившееся в момент, когда имеет место хотя бы одно из условий:
  - ребенок видит чужую вещь, которая привлекает его внимание;
  - ребенок находится один рядом с чужой вещью.
5. Более или менее длительно формирующееся желание взять чужую вещь.
6. Побуждение отомстить конкретному человеку или «всем сразу».
7. Сделать посредством украденного приятно другим и тем заслужить их хорошее отношение.
8. «За компанию» - воровство совершается совместно с группой не для обогащения, но на основе желания быть принятым группой, соответствовать ее нормам.
9. Нарушенные или несформированные личные границы – ребёнок не понимает, что чужое брать нельзя.
10. Взятие вещи «на память» - формирование привязанности у приёмных детей.

## Рекомендации родителям

Родителям важно помнить, если чужую вещь берёт ребёнок младше 3 - 4 лет, это не является воровством в общепринятом смысле. Крайне важно спокойно выяснить, почему ребёнок взял чужое и объяснить, что так делать нельзя.

- Не провоцировать ребенка, не оставлять его одного рядом с чужой вещью.
- Не проявлять постоянную тревогу относительно того, что ребенок, может совершить воровство, не «наказывать заранее».
- Спокойно отвечать на вопросы ребенка о воровстве, предположения его о том, что произойдет, если он возьмет чужую вещь.
- Не остро, эмоционально, но четко, в доступной пониманию ребенка форме, реагировать на любые стремления ребенка взять что-то, не принадлежащее ему.
- Предотвратить или устранить чувство «заброшенности» и одиночества у ребенка. Это чувство связано с переживанием обиды и желанием отомстить и компенсировать себе недостаток любви и внимания других людей.
- Понять, ворует ли ребенок всерьез или невинно уходит с чужими вещами в кармане. При невинном присвоении (хотя и заслуживающем порицания), достаточно обратиться к сознанию ребенка и разъяснить ему общепринятые правила. Если такое разъяснение ни к чему не приведет, задуматься о причинах плохого поступка. Обычно речь идет о серьезной неудовлетворенности ребенка, о его протесте и враждебности.
- Установить запрет на воровство, объяснить, что это не разрешается как взрослым, так и детям.
- Не «разбирать» поступок ребенка в присутствии посторонних, поговорить с ребенком «с глаза на глаз».

## Побеги

### Признаки

Уход из дома.

### Причины

- Поиск новых впечатлений.
- Ощущение изоляции.
- Внутреннее напряжение.
- Реакция ребенка на какие-то неблагоприятные обстоятельства его жизни.
- Стремление уклониться от школьных занятий, предъявляющих непосильные для него требования дисциплинированности и трудолюбия.
- Хроническая неуспеваемость ребенка.
- Пренебрежительное отношение одноклассников.
- Усиленное педагогическое давление.
- Ошибки воспитания.
- Недостаточность внимания родителей к потребностям и интересам ребенка.

### Рекомендации родителям

- Главное, после возвращения домой не ругать и, тем более, не наказывать ребенка, а попытаться объясниться.
- Вооружитесь терпением и добейтесь, чтобы ребенок поведал вам причину ухода.
- Постарайтесь объяснить ребенку, насколько он был не прав, решив, что без него дома будет лучше.
- Уметь тактично, не подрывая авторитета школы, встать на сторону ребенка, уверить его в том, что он способен преодолеть возникающие проблемы.
- Если это серьезное нарушение детской психики, то требуется лечение, которое должно быть направлено на устранение причин и условий расстройства.

## Ложь

### Признаки

- Приукрашивание или «дорисовывание» подлинных событий.
- В ответ на обвинение взрослого ребенок продолжает отпираться, придумывая все новые и новые объяснения.

- Придумывание отговорок.

- Обвинение окружающих.

### Причины

- Недоверие ребенка взрослым, желание самоутвердиться.
- Детская фантазия, желание быть удачливее и успешнее других.
- Страх разочаровать взрослых, страх наказания, упреков.
- Стремление защитить друзей от неприятностей, привлечь к себе внимание.
- Защита от стрессовых ситуаций.
- Дурной пример окружающих - как детей, так и взрослых.
- Желание добиться родительской похвалы или проявления любви.
- Желание скрыть свою вину, избежать стыда.
- Выражение враждебности ко взрослым.
- Добыть что-нибудь, просто похвастаться. Почувствовать себя умным и умелым, завоевать признание.

- Переложить вину на другого.

### Рекомендации родителям

- Не путать ложь и фантазию ребенка.
- Требуя честности от ребенка, обратите внимание, всегда ли вы правдивы по отношению к нему? Если вы хотите, чтобы ребенок усвоил, что ложь мешает доверию, а без доверия нет любви, то и поступать вам следует соответствующим образом.

- Если вы хотите научить ребенка быть открытым и честным, то должны быть готовы выслушивать от него подчас и горькую правду, а не только то, что вам приятно. Ваша реакция на выражаемые им чувства помогает ребенку понять, действительно ли честность - лучшая политика.

- Если, например, вы узнали, что ребенок «завалил» контрольную по математике, не стоит пытаться поймать его на лжи: «Ну, как прошла контрольная? Ах, нормально! На этот раз ты меня не обманешь! Я знаю, что ты ее «завалил». Вместо этого нужно прямо сказать ребенку: «Я знаю, что ты не справился с контрольной. Мы волнуемся и думаем, как тебе помочь».

- Постарайтесь настолько душевно успокоить ребенка, чтобы он не испытывал никакой потребности говорить неправду, Это значит, что мы допускаем грубейшую ошибку, когда давим на ребенка всей тяжестью нашего авторитета. Если ребенок будет уверен в вашей любви и в вашем добром отношении, у него окажется меньше поводов говорить неправду.

- Подумайте над характером взаимоотношений с ребенком. Часто ребенок начинает догадываться, что можно сохранить ваше расположение не сообщая вам обо всех своих проступках, так как то, что вы не узнаете, не причинит никакого вреда. Чем чаще вы станете ободрять его и поощрять за хорошие поступки, тем более он будет склонен говорить правду.

***Помните, что воспитывая абсолютно правдивого ребенка, мы лишаем его способа защиты от злых людей.***

# Непослушание ребенка

## Признаки

- Невыполнение требований взрослого.
- Действия вопреки своим желаниям.

## Причины

- Борьба за внимание.
- Борьба за самоутверждение («Это вы так решили. Вы так хотите, а я хочу по-другому»).
- Желание отомстить («Вы сделали мне плохо - пусть и вам будет тоже плохо!»)
- Потеря веры в собственный успех.

## Рекомендации родителям

- Установите теплые и доверительные отношения с ребенком, уважительно относитесь к его личности, будьте искренними в общении с ним и стремитесь к пониманию его чувств.
- Уделяйте внимание ребенку, когда он этого требует.
- Если нужно обсудить с ребенком нечто важное, лучше выбрать момент, когда он кажется спокойным и способным услышать вас.
- Говорите с ребенком сдержанно, спокойно и мягко.
- Будьте поближе к ребенку, поглаживайте его по руке.
- Говоря с ребенком, формулируйте ясно и четко, что вы от него хотите, говорить нужно о своих чувствах и переживаниях на языке внутреннего «Я».
- Не начинайте свои фразы со слов «Если», «Ты» и «Почему». «Если» воспринимается ребенком как угроза, «Ты» - как сигнал «нажима» на него, а «Почему» - требует от ребенка объяснения своего поведения, которое он зачастую не может сделать.
- Предупредите ребенка за пять минут до того, как вам вместе надо будет начать уборку, или пора идти на улицу, или одеваться.
- Если время поджимает, подумайте, может, стоит ввести соревновательный момент в процедуру сборов.
- Разбивайте задание на более мелкие части.
- Попросите ребенка повторить своими словами то, что вы только сказали. Это поможет и вам узнать, правильно ли он вас понял, и ему - запомнить.
- Признавайте чувства вашего ребенка.
- Оценивайте усилия вашего ребенка.
- Попытайтесь сконцентрироваться на том, что говорит ребенок и внимательно его выслушать, а не реагируйте немедленно.
- Если вы должны как-то реагировать словесно на то, что вам рассказывает ребенок, пользуйтесь нейтральными, однословными репликами. Часто внимание - это все, что нужно ребенку, чтобы почувствовать, что его понимают. Когда детей прерывают вопросами и советами, они часто «закрываются» и замолкают.
- Показывайте ребенку свою бескорыстную любовь. Дети, которых любят и ценят, скорее всего, будут счастливыми и лучше себя вести.

## **Строптивость или «Да ну!»**

### **Признаки**

- Ребенок отказывается делать то, что без колебаний делал раньше:
  - не хочет идти на прогулку, а потом не хочет возвращаться;
  - не хочет чистить зубы или чистит их долго;
  - не хочет надевать свою пижаму, требует другую;
  - вместо чая требует кофе, кефир, сок, компот или молоко;
  - отказывается во время идти спать.
- Ребенок не просто пытается настоять на своем, он еще недоволен тем, что ему предлагают другие.

### **Причины**

Протест против образа жизни, против порядков, которые существуют.

### **Рекомендации родителям**

- Помогите ребенку научиться чувствовать, переживать, понимать свои желания и потребности.
- Поддерживайте эмоциональное общение с ребенком.
- Позвольте ребенку самому принять решение, если оно не вредит его здоровью.
- Воспитывайте у ребенка способность иметь собственное мнение, отвоевывать собственное жизненное пространство.
- Уважайте желания вашего ребенка.
- Будьте доброжелательны, терпеливы, тактичны (деликатны), оставив неуместные насмешки и иронию.

## Упрямство, или «Я так хочу!»

### Признаки

- Ребенок настаивает на чем-то, не потому что ему очень хочется, а только потому, что он это потребовал.
- Ребенок настаивает на том, что ему не так уж и хочется, или совсем не хочется или давно расхотелось.
- Черты личности упрямого ребенка:
  - высокое самомнение;
  - недоверие к окружающим;
  - завышенный уровень желаний;
  - неумение видеть и понимать свои ошибки;
  - неспособность перестраиваться;
  - нежелание искать пути в достижении своих целей;
  - безразличие к другим.

### Причины

- Проявление потребности в самоутверждении.
- Нарушение привычного ритма жизни.
- Упрямство родителей (отсутствует определенная гибкость требований в воспитании). Для родителей существуют жесткие принципы и практически, не существует отступлений от принципов.
- Высокая тревожность ребенка, его переживания по поводу из без повода за свои успехи и достижения.
- Избалованность ребенка, которого слепо обожают.
- Авторитарность родителей.

### Рекомендации родителям

- Предъявляйте разумные требования к ребенку.
- Не будьте слишком властны по отношению к ребенку.
- Не относитесь к ребенку предвзято.
- Не соглашайтесь с ребенком только ради того, чтобы он от вас «отстал».
- Чаще ставьте себя на место ребенка и смотрите на мир «его глазами».
- Не забывайте хвалить ребенка, когда он этого заслуживает.
- Никогда не используйте силовых методов, не показывайте своего морального и физического превосходства - таким образом, вы разовьете у ребенка комплекс неполноценности.
- Предоставляйте ребенку право выбора!
- Постарайтесь, чтобы ребенок начал более благожелательно относиться к тому, что должен делать и что обычно делает столь неохотно.
- Обязанности, против которых ребенок восстает, обычно столь скучны сами по себе, что нам трудно сделать их привлекательными. Ребенок, негодуя, восстает против них, открыто выражает свое неудовольствие. Крича на него и подгоняя, мы только добавляем еще одну порцию неудовольствия.
- Отличайте произвольный взрыв чувств от «спектакля» упрямства, который устраивают дети, поняв, что таким образом можно привлечь к себе внимание взрослого, добиться того, чего более простыми средствами не получишь.
- Не искореняйте упрямство, а превращайте его в настойчивость.
- Помогите ребенку усвоить слова «надо» и «нельзя».

# Истерики

## Признаки

Дети швыряют вещи, бросаются на пол, визжат, размахивают руками и ногами, а иногда даже задыхаются (так называемые гипобулические припадки).

## Причины

- если кто-то отказывается выполнить желание ребенка или заставляет ребенка делать что-то, что ему не нравится;
- ребенок испытывает чувство усталости, голода, эмоционального перенапряжения;
- ребенок подражает сверстникам или для того, чтобы заставить взрослых поступить так, как удобно им.

## Рекомендации родителям

- Если вы знаете, что ваш ребенок часто устраивает истерики в общественных местах, не берите его с собой в магазин, когда он устал или проголодался.
- Если, отправившись с ребенком в гости, вы заметили, что он начал нервничать, постарайтесь уйти пораньше.
- Если приступ раздражения уже начался, лучше вмешаться как можно раньше, используя всевозможные отвлекающие маневры. Предложите ребенку сходить на прогулку, дайте ему какую-нибудь игрушку. Лучше всего, если это будет барабан, бубен или любой другой ударный инструмент, который позволит ребенку дать выход отрицательным эмоциям без вреда для себя и окружающих.
- Хороший способ избавиться от негативных переживаний - рисование.
- Дети не умеют контролировать свои эмоции, потому что не могут дать точное определение своим переживаниям, поэтому выразите чувства ребенка словами, например: «Наверное, тебе очень хотелось мороженого, и теперь ты злишься, потому что не получил его». После этого объясните ему, что выражать свои эмоции в открытой форме не всегда допустимо: «Я тебя понимаю, но это не значит, что ты можешь визжать и топтать ногами на улице».
- Обязательно предупредите ребенка о последствиях, которыми чревато его плохое поведение. Скажите ему, что если он немедленно не прекратит так себя вести, то будет наказан. И не забудьте подтвердить свои слова на практике.
- Если вы предупредили ребенка о возможном наказании, при необходимости вам придется его осуществить. В противном случае ребенок усвоит, что все ваши угрозы не более чем пустой звук
- Возьмите пятиминутный тайм-аут. Не разговаривайте с ребенком и постарайтесь не обращать внимания на его крики.
- После того как ребенок успокоится, объясните ему, что он вел себя очень некрасиво и впредь так поступать не стоит. Открыто признайтесь ребенку в своих чувствах.
- Сохраняйте спокойствие, в противном случае вы подадите ребенку дурной пример для подражания. Ни в коем случае нельзя кричать на ребенка, а тем более прибегать к угрозам.
- Если вы все же не сможете сдержать свою ярость, обязательно попросите прощения. Ваше извинение непременно подействует, и ребенок не затаит на вас обиды.

## *Проявляйте уважение и любовь к ребенку.*

# Капризы

## Признаки

➤ бурные проявления гнева: ребенок кричит, плачет, топает ногами, катается по полу, швыряет вещи, пинается, кусается, царапается и даже пытается сделать больно самому себе.

## Причины

➤ Ребёнок не знает, что и как надо сделать, чтобы добиться от взрослого чего-то очень желанного.

➤ Хроническое или только начинающееся соматическое заболевание.

➤ Ребенок испытывает физическую боль.

➤ Ему душно, жарко, его тошнит или бьет озноб.

➤ Различные виды нарушения воспитания в семье. В этом случае послание ребенка может быть прочитано так: «Со мной нужно обращаться по-другому!». Наиболее распространенными типами нарушения воспитания являются гиперпротективный (разрешительный) и гипопротективный (запретительный). Особо губительным для детской уравновешенности является сочетание обоих нарушений (например, родители воспитывают в строгости, а бабушка - позволяет абсолютно все).

➤ Внутрисемейная дисгармония. Отношения внутри семьи до крайности напряжены: послания ребенка, переводятся однозначно: «Я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!». Ребенок этим недоволен и демонстрирует это недовольство окружающим.

## Рекомендации родителям

➤ Попробуйте как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутной или долгоиграющей капризности.

➤ Прочитав послание, внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли, и что собираетесь предпринять по этому поводу. Если ничего не собираетесь предпринимать, то об этом тоже обязательно сообщите и разъясните причину. Например: «Я отлично понимаю, что ты устал, и очень сочувствую тебе. Но до остановки идти еще два квартала, а коляски у нас нет. Так что придется идти, как шли. Я совершенно уверена в том, что ты сможешь дойти». Никогда не возражайте ребенку, если он говорит о своем состоянии. Он лучше знает, что именно он испытывает.

➤ Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами. Для этого родители сами должны говорить о своих чувствах в присутствии ребенка.

➤ Необходимо выработать единую воспитательную позицию всех членов семьи, принимающих участие в воспитании ребенка.

➤ Последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи. Как бы ни менял ось у вас настроение и обстоятельства; но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть это будет "нельзя". Если уж позволили, то до конца вытерпите все последствия.

## «Кривляки» и «визжалки»

### Признаки

- Разыгрывает из себя несмышлениша.
- Дразнит всех в подряд.
- Гримасничает, кривляется, строит рожи.

### Причины

- беспокойство и ревность ребенка;
- желание быть центром и привлекать к себе внимание;
- не удовлетворенная потребность в любви и внимании;
- внутренняя неудовлетворенность и неуверенность ребенка в себе;
- повышенная потребность добиться от окружающих оценки, удивления, внимания или расположения;
  - компенсация за неуклюжесть, полноту или физическую слабость, за недостаток в умении в играх, за неумение наладить дружеские отношения и войти в коллектив сверстников;
  - эмоциональная неудовлетворенность;
  - обделенность вниманием со стороны взрослых;
  - единственная разученная роль маленький шут. Ребенок вошел в эту роль и сжился с ней, восприняв ее как свое предназначение, а изменить ее не знает как и не умеет.

### Рекомендации родителям

- Позаботьтесь об эмоциональном благополучии ребенка.
- Не поддерживайте и не усиливайте кривлянье вниманием, смехом, интересом, оценкой. Любое шутовство всегда должно оставаться без отклика.
- Детей кривляк бесполезно наказывать: наказание тоже отклик, поэтому не должно быть никакой брани и никаких наказаний.
- Постоянно, спокойно всем своим видом показывайте ребенку, что паясничанье не достойное занятие, что это признак ребячества, которое вам не нравится.
- Если решите упрекнуть ребенка, то с глазу на глаз: публичные упреки воспринимаются как успех и интерес к действиям.
- Помогите ребенку осознать себя и сформировать положительное отношение к самому себе.

## **Игнорирование ребенком просьб родителей**

### **Признаки**

- Ребенок не слышит обращенную к нему речь.
- Ребенок не реагирует на просьбы взрослого

### **Причины**

- Тугоухость.
- Посторонние шумы.
- Дистанция разговора.
- Ребенок занят интересной деятельностью, погружен в свои мысли.
- Особенности внимания, трудности переключения внимания.
- Адаптация к крикам, приказам, нотациям и т.д.
- Невосприимчивость высокого тона.
- Отсутствие навыков слушания.
- Обида на взрослого.

### **Рекомендации родителям**

➤ Обратите внимание ребенка на себя, а потом говорите. Прежде чем начнете говорить, убедитесь, что ребенок смотрит на вас.

➤ Сделайте предупреждение. Иногда детям действительно сложно переключиться, особенно если они заняты тем, что им очень нравится. Кроме того, ребенок действительно может не слышать вас. Установите временное ограничение: «Мне понадобится твоя помощь через две минуты».

➤ Говорите вежливо. Самый быстрый способ заставить ребенка не обращать на вас внимания - это использовать такие разновидности коммуникации, как критика, приказы, нотации, навязывание своего мнения, осуждение, запугивание, крик и мольба. Спросите себя, как бы вы хотели, чтобы разговаривали с вами, если бы вы были ребенком, и используйте такой образец общения.

➤ Понизьте голос. Вместо того чтобы повышать тон, понизьте его. Ничто не отвлекает охоту быстрее, чем крик, поэтому поступите наоборот: говорите мягче и тише.

➤ Говорите кратко, мягко и точно. Дети становятся восприимчивее, если знают, что им не придется выслушивать лекцию, поэтому пусть ваши просьбы будут краткими и по делу: «Застели, пожалуйста, кровать перед тем, как пойдешь гулять», «Сейчас тебе нужно подготовиться к школе» и т.п.

➤ Будьте сами внимательным слушателем. Ребенок не сможет стать внимательным слушателем, если ему будет не у кого этому учиться. Поэтому убедитесь, что вы сами как внимательный слушатель служите примером того, что требуете от ребенка. Покажите, что вы выслушиваете супруга, друзей и, самое главное, самого ребенка. Хорошим напоминанием служит старая поговорка: «Не зря нам даны два уха и один рот!» Слушайте своего ребенка в два раза больше, чем говорите.

## Нежелание укладываться спать

### Признаки

Дети с неохотой, капризами, а порой и со слезами отправляются в кровать.

### Причины

- Подготовка ко сну прекращает все интересные занятия, игры, которые ребенку нравятся.
- Прерывает общение с детьми или с родителями.
- Отправиться спать означает для ребенка оказаться одному в темной комнате.
- Дети, знают, что взрослые еще не ложатся спать, и поэтому думают, будто они разрешают себе что-то, что самим детям не позволено.
- Дети просто еще не устали.
- Возможно, у них были страшные сновидения, и от этого возникла неприязнь ко сну.
- Возможно, ребенку приходилось просыпаться ночью в мокрой постели замерзшим, испуганным, и это было очень неприятно: он чувствовал себя одиноким, забытым, покинутым, когда его призывы оставались без ответа дольше, чем это бывало обычно днем.
- Уговаривая ребенка лечь спать, мы слишком избаловали его, и теперь это служит ему у хорошим поводом для самоутверждения и командования родителями.

### Рекомендации родителям

- Необходимо научить ребенка понимать необходимость ложиться спать, даже если это противоречит его желанию.
- Не обещайте подарки и другие награды за то, что он без капризов отправиться спать. Эта проблема встает перед вами ежедневно, поэтому, приучив ребенка к поощрениям, Вы будете вынуждены постоянно выдумывать новые стимулы для него.
- Будьте последовательными. Если хоть раз отступите от правил, Ваши действия будут бесполезными и ребенок поймет, что после этого не всегда нужно ложиться спать.
- Придумайте какие-то простые действия, выполнение которых будет сигнализировать о том, что пора ложиться спать. Например, Вы задвигаете шторы, готовите постель для сна, заводите будильник. Уже по этим сигналам ребенок молча поймет, что нужно готовиться ко сну.
- Разрешите ребенку засыпать с любимой игрушкой (лучше с мягкой) и перед сном попросите его, чтобы он убаюкал ее или показал пример, как надо засыпать. Этот элемент игры поможет ему не чувствовать себя так одиноко.
- Объясните ребенку, что все друзья уже легли спать и заснули, расскажите, что вы сами. Когда были маленькими, тоже ложились спать в это время.
- Пожелайте ребенку спокойной ночи и приятных снов, скажите, что Вы в соседней комнате, чтобы ребенок не волновался.
- Введите ритуалы перед сном: чтение книг, разговор о прошедшем дне, укладывание игрушек спать и т.д.

**Понимание, терпение, правильное поведение будут вознаграждены**, когда ваши дети, умиротворенные и успокоенные, научатся нормально относиться к тому, что надо ложиться спать, при этом они еще усвоят нечто гораздо более важное они научатся соглашаться с чем-то, что противоречит их желанию, и не будут испытывать разочарования. А это уже начало психологической зрелости.

## **Застенчивость**

### **Признаки**

- Постоянное напряжение, скованность.
- Избегание встреч со взглядом другого человека.
- Ответы тихим голосом или вообще отказ отвечать на вопросы.
- Начинает прятаться за родителей
- Старается занять меньше места в пространстве, почти исчезнуть - опущенная голова, сутулые плечи.

### **Причины**

- Повышенная ранимость, чувствительность. Неуверенность в себе, в своих силах и возможностях.
- Неумение устанавливать контакты с окружающими;
- Страх перед незнакомой новой ситуацией и чужими людьми.
- С трудом осваивается в коллективе незнакомых детей и взрослых.

### **Рекомендации родителям**

- Развивайте у ребенка позитивное самовосприятие, формируйте уверенность в себе и адекватную самооценку.
- Воспитывайте у ребенка чувство собственного достоинства.
- Не позволяйте никогда и никому называть ребенка застенчивым.
- Поощряйте контакт взглядом.
- Научите ребенка начинать и заканчивать разговор. Тренировка разговорных навыков по телефону с доброжелательным собеседником не так страшна для застенчивых детей, как беседа лицом к лицу.
- Отрабатывайте поведение в тех или иных социальных ситуациях.
- Подготавливайте ребенка к предстоящему событию - рассказывайте о предстоящей встрече гостей и подготовке к празднику. Затем помогите ему потренироваться, как поздороваться с гостями, как вести себя за столом, о чем говорить и даже как элегантно попрощаться.
- Тренируйте навыки общения с младшими детьми. Рекомендуется сводить застенчивых детей старшего возраста с младшими - братом или сестрой, двоюродными родственниками, соседским ребенком или ребенком ваших друзей - для непродолжительных игр. Это помогает ребенку попрактиковаться в социальных навыках: начать разговор, посмотреть в глаза - в том, что ребенок стесняется делать со своими ровесниками.
- Создавайте условия для игр в паре. Считается, что встречи для игр в паре - лучшее средство развития социальной уверенности. В этом случае ваш ребенок приглашает одного из своих приятелей в гости. Это помогает лучше узнать друг друга и попрактиковаться в навыках завязывания дружбы. Постарайтесь свести вмешательство к минимуму; присутствие братьев и сестер должно быть исключено, телевизор не должен входить в перечень игр.

## Неуверенность в себе

### Причины

- Непринятие ребенка родителями, их холодность и враждебность, равнодушие и безразличие в отношении достижений ребенка, в том числе и учебных.
- Родители используют строгий стиль воспитания, заранее предполагая в ребенке дурные наклонности, которые следует сломать, подавляя волю ребенка.
- Предъявляют непомерно высокие требования к ребенку, не соответствующие его возможностям.
- Стремление родителей знать все о ребенке, ограждение его от жизненных трудностей, равно как и ограничение постороннего влияния.
- Подчиненное и зависимое положение в семье. У ребенка не формируется ощущение собственной ценности, он не доверяет окружающим его близким и целому миру и в результате оказывается психологически надломленным.
- Гиперопека родителей.

### Рекомендации родителям

- Развивайте у ребенка позитивное самовосприятие.
- Создайте в своем доме атмосферу доверия, стимулируйте ребенка, чтобы он говорил вам о своих проблемах, выражал свои чувства, выслушайте его, проявите сочувствие.
- Принимайте ребенка со всеми достоинствами и недостатками, не давая воли чувству неудовлетворенности и желанию сию же минуту изменить ребенка.
- Не доверяйте чужому мнению о вашем ребенке.
- Хвалите ребенка за конкретные поступки, а не «вообще».
- Ставьте перед ребенком задачи, которые он может решить.
- Изменяйте не ребенка, а его поведение. Следует дать понять, что вы критикуете конкретный поступок ребенка, а ваше отношение к нему не меняется.
- Можно сказать ребенку: «Мы любим тебя всегда, что бы ты ни делал, но иногда нам бывает трудно не сердиться (обижаться) на тебя!».
- Понижайте тревожность всеми возможными способами.
- Обучайте ребенка навыкам общения.
- Не позволяйте никому насмехаться над ребенком.
- Внушите ребенку, что он не может обладать только негативными качествами (если ему так кажется). Обязательно в нем есть много хорошего найдите сильные стороны личности ребенка и помогите ему самому их обнаружить.
- Научите ребенка пользоваться достоинствами, не заикливаясь на недостатках.
- Ребенку можно предложить самовыразиться в какой-то роли. Например, мысленно превратиться в другого человека, поговорить чужим голосом, придумать ситуации и проиграть поступок, не свойственный ребенку.
- Не воспитывайте ребенка пассивным и зависимым от вас. Пусть он выражает несогласие с вами и вообще свое мнение.
- Воспитывайте в ребенке ответственность за свои поступки и принятие решений.
- Научите ребенка спокойно относиться к своим ошибкам, на которых учатся все и от которых никто не застрахован.
- Самое главное: проявляйте к ребенку любовь с помощью телесных контактов. Например, погладьте ребенка по голове, обнимите, посадите на колени.

***Спокойные, уверенные в себе родители, не ждущие от ребенка моментальных сверхдостижений, с пониманием относящиеся к его успехам и неудачам, - вот залог развития у ребенка уверенности в своих силах и позитивной самооценки.***

# Тревожность

## Признаки

- Страх перед всем новым, незнакомым, непривычным.
- Повышенная возбудимость, напряженность, скованность.
- Нарушение сна, беспокойство, рассеянность.
- Неуверенность в себе, заниженная самооценка.
- Повышенная утомляемость.
- Множество неудачных движений и жестов.
- Ожидание неприятностей, неудач, неодобрения старших.
- Исполнительность, развитое чувство ответственности.
- Безынициативность, пассивность, робость.
- Склонность помнить скорее плохое, чем хорошее.

## Причины

- Недостаток внимания со стороны родителей.
- Проявление нелюбви к ребенку, формирование у него беззащитности, безадекватности и отсутствие опоры в близком окружении.
- Неблагополучная обстановка в семье (конфликты родителей, развод).
- Повышенная тревожность самих родителей.

## Рекомендации родителям

- ежедневно отмечайте успехи ребенка, сообщая о них в его присутствии другим членам семьи (например, во время общего ужина);
- чаще обращайтесь к ребенку по имени;
- не сравнивайте ребенка с окружающими;
- откажитесь от слов, которые унижают достоинство ребенка;
- не требуйте от ребенка извинений за тот или иной поступок, лучше пусть объяснит, почему он это сделал: (если захочет);
- постарайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний;
- будьте единодушны и последовательны в своих действиях, поощряя и наказывая его;
- не предъявляйте к ребенку завышенных требований;
- демонстрируйте образцы уверенного поведения. будьте во всем примером ребенку;
- способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что;
- доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.

Нетревожный ребенок обычно слишком беззаботен, требует от взрослых неусыпного контроля. Такой «смельчак» постоянно экспериментирует со всем, что оказалось под рукой. Он не учится на собственных ошибках, моментально забывает о предостережениях, бывлых нападениях, ожогах, травмах и неудачах. Он безогляден и безудержен, самоуверен и бесцеремонен.

Если тревожности нет вообще или она низкая - необходимо учить ребёнка навыкам самоконтроля, проявляя собственное терпение.

## **Комплекс вины**

### **Признаки**

- Ребенок испытывает страх.
- Наблюдаются признаки повышенной нервной возбудимости (импульсивность, гиперактивность, истерики, капризы).
- Ребенок неуверен в себе.
- Появляются симптомы психического напряжения (сосание пальца, грызение ногтей, кусание и др.).

### **Причины возникновения**

- после того, как совершается какой-нибудь плохой поступок;
- когда намерения не осуществляются;
- когда мы проявляем гнев, нетерпение и вдобавок применяем наказание, тем самым как бы говоря ребенку, что не любим его;
- если родители столь суровы, что выражают свое неодобрение очень эмоционально и часто;
- если ребенок испытывает недостаток родительской любви.

### **Рекомендации родителям**

- Всячески стараться уменьшить комплекс вины.
- Соблюдать чувство меры в воспитательных действиях.
- Не занимать слишком категорическую позицию: если ребенок не оправдывает ожидания родителей, не устраивать ему грандиозных скандалов.
- Стоит сделать над собой усилие и попытаться умерить тон упреков, объяснив ребенку, почему мы не одобряем тот или иной его поступок, но сделаем это кратко и спокойно.
- Никогда не говорите ребенку, что вы его больше не любите. Мы должны дарить нашим детям поистине безграничную любовь и как можно чаще одобрять их хорошие поступки.

*Любая щедрость - гарантия того, что будет сведен до минимума комплекс вины.*

# Страхи

## Признаки

- Вегетативные реакции (покраснение, побледнение лица, резкое учащение сердцебиения, усиление потоотделения),
- напряжение в мышцах, соответствующая мимика,
- двигательная активность или заторможенность (замирает),
- громкие крики, потеря речевых навыков, заикание,
- навязчивые движения,
- непроизвольное мочеиспускание,
- боязнь всего нового и незнакомого, неуверенность в своих силах и возможностях,
- напряженность, ощущение беспокойства.

## Причины

- Эмоциональная чувствительность, впечатлительность ребёнка.
- Страх несоответствия родительским ожиданиям.
- Травмирующий личный опыт.
- Нереализованные угрозы родителей.
- Трансляция страхов от родителей к детям.
- Чрезмерная родительская опека.
- Безразличие и невнимание к ребенку.
- Неблагополучная обстановка в семье (конфликты, развод, неполная семья).

## Рекомендации родителям

- Взаимопонимание родителей и ребенка.
- Единые правила поведения взрослых в доме.
- Никогда не следует пугать ребенка ради послушания ничем и никем.
- Никогда не стыдите ребенка за испытываемый страх.
- Никогда не оставляйте ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление неожиданного, пугающего.
- Старайтесь подготавливать ребенка к предстоящим событиям.
- Попросите ребенка нарисовать свой страх, но не следует заставлять рисовать насильно. Если ребенок согласился и нарисовал свой страх, следует обсудить его с ребенком. Чем больше ребенок будет говорить о своих чувствах, тем лучше (чем больше он говорит, тем меньше боится).
- Повышайте самооценку ребенка, поддерживайте успешные для него виды деятельности, например, доверяйте ребенку такие дела, как ответ на телефонный звонок, мытье посуды и т.д., а потом хвалите и благодарите ребенка за выполненное задание и радуйтесь, что в доме есть такой помощник или помощница. На неудачах внимание не заостряйте.
- Предоставляйте ребенку свободу, в том числе и свободу принятия решений.
- Принимайте и любите ребенка таким, какой он есть, со всеми его недостатками и несовершенствами.

## Стресс

*Стресс – состояние чрезмерно сильного и длительного психологического и физического напряжения, вызванного эмоциональными перегрузками.*

### Признаки

- Частая смена настроения.
- Проблемы с концентрацией внимания.
- Повышенный страх.
- Молчаливость и замкнутость, избегание друзей.
- Раздражительность, вспышки ярости.
- Появление вредных привычек: сосание пальца, грызение ногтей и т.д.
- Ребенок приобретает нервные привычки и навязчивые состояния:

судорожный тик, мигание, дерганье, наматывание волос на пальцы.

### Причины

- Неблагополучная обстановка в семье (конфликты, развод и т.п.).
- Завышенные требования к ребенку, не соответствующие его

возможностям.

- Эмоциональное перенапряжение.

### Рекомендации родителям

➤ Попробуйте увидеть ситуацию с точки зрения ребенка, и постарайтесь понять, что у него вызывает беспокойство.

- Предоставьте ребенку возможность рассказать о том, что его беспокоит.
- Подготавливайте ребенка к неожиданностям.
- Не требуйте от ребенка только отличного поведения и высоких оценок.
- Протяните руку помощи.
- Продемонстрируйте свой метод контроля над стрессом.

➤ Установите определенные пределы внешкольным занятиям. Следует помочь ребенку заниматься вещами, доставляющими ему удовольствие.

➤ Укрепите в ребенке чувство уверенности. Поощряйте ребенка, когда он занимается деятельностью, в которой может добиться успеха. Само занятие может быть несложным, важно, чтобы оно ценилось, и за успех в нем ребенок получал похвалу родителей.

➤ **Попробуйте включать воображение.** Ребенка можно научить пользоваться воображением для расслабления. Пусть ребенок сядет или ляжет на удобное для него место. Затем попросите его закрыть глаза, глубоко и ритмично дышать, воображая, что он находится в спокойном и мирном окружении.

➤ Помогая, ребенку избавиться от нервного возбуждения, не обращайтесь на него внимания. Если вы упомяните об этом, то просто усилите его беспокойство.

➤ Нервный тик - это способ сообщить вам о внутренних чувствах ребенка. После того, как родители поймут эти чувства, тик часто исчезает.

➤ **Демонстрируйте ребенку свою любовь.** Ребенку нужно знать, что родители его любят, вне зависимости от того, насколько успешно он проявляет себя в учебе или на спортивной площадке. Родители могут колоссально уменьшить беспокойство своего ребенка, просто сказав: «Ты молодец, неважно, что случится».

## Навязчивые действия

### Признаки

- Сосание пальца,
- грызение ногтей,
- кусание,
- выдергивание волос и др.

### Причины их возникновения

- Приятный момент - это доставляет ребенку физическое удовольствие.
- Ребячество. Привычка вновь возвращает ребенка в детство. Ребенок в каком-то смысле еще не готов к взрослой жизни.
- Агрессивный момент. Дает выход агрессивности ребенка.
- Попытка избавиться от напряженности и психологического дискомфорта.
- Недостаток внимания родителей к ребенку.

### Рекомендации родителям

- Убедитесь, что привычка не заменена худшей или менее заметной для взрослых.
- Не делайте замечаний ребенку, откажитесь от упреков, угроз и наказаний, уменьшите чрезмерные требования к ребенку.
- Установите доверительный контакт с ребенком, позаботьтесь о своевременном успокоении ребенка и снятии беспокойства.
- Постарайтесь понять причины, породившие эту привычку (компенсирует недостающее внимание к себе, стабилизирует свое эмоциональное состояние и др.).
- Разберитесь откуда идет эмоциональное напряжение и чем оно вызывается.
- Постарайтесь изменить ситуацию и убрать или преодолеть сам источник напряжения, снять у ребенка панику и тревожность.
- Научите ребенка способам саморегуляции.
- Создайте условия для разнообразия впечатлений ребенка.
- Используйте при взаимодействии с ребенком подвижные, эмоционально насыщенные игры.
- Научите ребенка адекватным способам выражения агрессии.
- Нежелательно:
  - Всячески пытаться запретить ребенку вредные привычки, так как тем самым, привлекается внимание ребенка к этой привычке.
  - Излишне ограничивать действия и проявления ребенка, способствуя усилению его напряжения и беспокойства.
  - Интеллектуально перегружать ребенка в ущерб другим сторонам психического развития.
- В профилактике вредных привычек большое значение имеют нормализация внутрисемейных отношений, мягкое и ровное отношение к ребенку.

*Если, несмотря на вашу поддержку, поведение ребенка не меняется, следует обратиться к детскому невропатологу или психоневрологу.*

## Энурез

**Энурез** - ночное непроизвольное мочеиспускание. Явление весьма распространенное среди детей раннего и даже старшего дошкольного возраста. При этом дети могут мочиться как днем, так и во время ночного сна.

### Дополнительные признаки

- повышенная чувствительность к погодным условиям, к охлаждению.
- повышенная возбудимость;
- повышенная двигательная и эмоциональная активность (сильные вспышки радости и гнева);
- частый плач и истерики;
- засыпает с трудом, несмотря на то, что хочет спать;
- крепкий сон;
- проявление двигательной активности во время сна;
- просыпается с большим трудом.

### Причины

- Общее нарушение психо-эмоционального состояния (невропатия).
- Условно-рефлекторный фактор. Ребенок, приученный к тому, что в определенное время его сажают на горшок, во время сна подсознательно ожидает того же. Привыкший к присутствию матери, он может обмочиться и ночью в том случае, если мать не откликается на его зов.
- Неравномерность психомоторного развития: замедленный уровень двигательного и психического развития (позже начинают ходить, говорить и т.д.); чрезмерная быстрота движений или же, наоборот, их скованность.
- Недостаток внимания и любви со стороны родителей (педагогическая запущенность), повышенное перевозбуждение, либо, напротив, заторможенность.
- Минимальная мозговая дисфункция (ММД) - сниженный эмоциональный фон.
- Церебрально-органическая недостаточность (родовая травма, повлекшая за собой повышенную и болезненную возбудимость мозга): повышенная двигательная активность; возбудимость; частая смена настроений; конфликтность; драчливость; неспособность жить в коллективе.
- Невротический фактор: страх, тревога, испуг, перевозбуждение.
- Неосознанный протест ребенка против условий жизни (родительская несправедливость или несправедливость со стороны учителей).
- Соматически-эндокринный фактор. Излишняя полнота, потливость, склонность к отекам и аллергии.

### Рекомендации родителям

- Необходим врачебный контроль.
- Никогда не ругайте ребенка за ночное недержание мочи! Не высказывайте ему своего раздражения это только усилит заболевание!
- Не следует забывать об индивидуальных особенностях психики, характере и темпераменте.
- Недопустимо оставлять ребенка мокрым в качестве «наказания».
- Создайте спокойную семейную атмосферу.
- Желательно понизить дневную возбудимость ребенка с помощью длительных прогулок перед сном, прослушиванием успокаивающей музыки (классическая музыка, звуки природы шум моря, леса и т.д.).
- Не следует разговаривать о заболевании ребенка при взрослых, особенно при сверстниках. Это только повысит сосредоточенность ребенка на своем заболевании и усугубит чувство собственной неполноценности.

# Школьная неуспеваемость

## Признаки

- Быстро устает от умственной деятельности, особенно на уроках русского языка, математики.
- Часто отвлекается, суетлив, чрезмерно подвижен.
- Высокая степень тревожности, импульсивные проявления негативных реакций (на замечания взрослых, на собственные ошибки).
- Не хочет учиться, боится (избегает трудностей).
- Плохо понимает новый материал.
- Выучив правило, не умеет его применять.
- Трудно запоминает материал, воспроизводит неполно, неточно.
- Самостоятельно заниматься не умеет, делает уроки только по принуждению и под контролем.

## Причины

- Низкие интеллектуальные возможности ребенка.
- Индивидуальные особенности протекания нервных процессов (качество темперамента).
- Повышенная утомляемость ребенка.
- Недостаточная способность восстановления организма после тяжелого и длительного заболевания.
- Слабая мотивация.
- Чрезмерная нагрузка, связанная со сложной программой, Здесь может помочь только одно необходимо перевести ребенка в другую школу или класс, программа которого позволит ему учиться, не испытывая перегрузок.
- Признаки того, что ребенок не в силах справиться с большим объемом нагрузок: частые и сильные головные боли; головокружение, быстрая утомляемость; бледность; сонливо ль; внезапное падение успеваемости; любые черты, не свойственные ребенку раньше.
- Противоречие между познавательными возможностями (память, мышление, внимание) ребенка и требованиями школьной системы.
- Проблемы в отношениях с одноклассниками.
- Проблемы во взаимоотношениях с учителем.
- Психологическая обстановка в семье.
- Завышенные требования к ребенку.
- Недостаточно развитая полевая регуляция поведения и деятельности, как результат гиперопеки взрослых.

## Рекомендации родителям

- Не ругайте ребенка за двойки, а попытайтесь понять, почему он их получил и за что.
- Постарайтесь вызвать ребенка на откровенный разговор. Попытайтесь узнать, что для него является наиболее трудным и сложным.
- Объективно оценивайте возможности ребенка.
- Оценка должна сравнивать «сегодняшнего» ребенка со «вчерашним», а не с другими детьми.
- Не скупитесь на похвалу за достигнутые результаты.
- Выделяйте в море ошибок островки успеха.
- Ставьте перед ребенком конкретные и реальные цели.
- Учите ребенка оценивать себя самостоятельно.

## Нежелание учиться

### Признаки

- Снижение интереса к школе и знаниям;
- Жалобы, что учиться надоело;
- Делает уроки только из-под «палки» и радуется, когда не надо делать домашнее задание;
- Хочет оставаться дома, пропустить уроки;
- Скука, разочарования, апатии.
- Болезненные симптомы (кашель, насморк, рвота, понос), простая симуляция.

### Причины

- Недовольство учителем, боязнь учителя, недовольство полученными оценками.
- Страх получить плохую отметку, полное отсутствие интереса к учебе.
- Трудности в учебе, отсутствие учебных навыков; несформированность психологических механизмов учебной деятельности; отсутствие навыков произвольного поведения (умение управлять собой, самоконтроль).
- Активный протест.
- Ошибки воспитательного характера:
  - снижение уровня мотивации к обучению (высмеивание, некорректные высказывания, сравнения, «загон» ребенка в ситуацию неуспеха);
  - неблагополучие в семье;
  - отсутствие четкой организации жизни ребенка;
  - завышенные требования к ребенку, без учета его возможностей;
  - нарушение единства требований к ребенку;
  - Неправильные методы воспитания (угрозы, физические наказания, заласкивание, чрезмерная опека).

### Рекомендации родителям

- Признавать право ребенка на ошибку; научить его относиться к ошибкам и неудачам как к чему-то неизбежному, но полезному.
- Научить ребенка видеть причины своих неудач не только во внешних обстоятельствах (не та школа, злой учитель, плохие одноклассники), но и в себе самом, понимать эти причины и исправлять их.
- Поддерживать уверенность ребенка в себе, чувство, что он может преодолеть любые трудности и в то же время всегда может рассчитывать на поддержку родителей.
- Помогать ребенку рассчитывать свои силы: не заставлять его заниматься слишком много, но и не допускать легкомысленного отношения к учению.
- Учитывать реальные возможности ребенка. Многочисленные дополнительные занятия иногда не развивают ребенка, а истощают его. Не хватает свободного времени для саморазвития, для собственных интересов ребенка, для общения со сверстниками.
- Уделять как можно больше внимания ребенку.
- Использовать разнообразные техники совместных занятий с ребенком, включающих познавательные элементы, например, просмотр познавательных телепередач, чтение книг и т.д.
- Не ждать от ребенка только наивысших результатов, не требовать, чтобы был отличником.
- Помогать, когда у ребенка не складываются отношения с учителем или одноклассниками.

## Как помочь ребенку наладить взаимоотношения с одноклассниками?

### Признаки

- неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить туда;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидной причины;
- никогда не упоминает никого из одноклассников;
- очень мало говорит о своей школьной жизни;
- не знает, кому можно позвонить, чтобы узнать уроки, или вообще отказывается звонить кому-либо;
- ни с того ни с сего (как кажется) отказывается идти в школу;
- Одинок: его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

### Причины

- Личностные особенности (замкнутость, чрезмерная обидчивость и т.д.).
- Отсутствие навыков общения.

### Рекомендации родителям

- Проявляйте ненавязчиво интерес к делам своего ребенка.
- Обязательно предупредите учителя о проблемах своего ребенка (заикание, необходимость принимать лекарства по часам и т.д.).
- Обеспечьте ребенку соответствие общим школьным требованиям.
- Посоветуйте ребенку изменить тактику поведения.
- Постарайтесь обеспечить ребенку общение с одноклассниками вне школы.
- Приглашайте их в гости, устраивайте праздники, поощряйте общение ребенка с ними. Необходимо всячески способствовать участию ребенка в классных мероприятиях, поездках. Проявляйте по отношению к обидчикам терпимость и сдержанность.
- Не спешите решать за ребенка конфликтную ситуацию с одноклассниками.
- Иногда ребенку полезно пережить все стадии конфликта - это поможет ему научиться самостоятельно решать многие проблемы. Но, приучая ребенка к самостоятельности, важно не переусердствовать и не пропустить ситуацию, с которой ребенок не в состоянии справиться без вмешательства взрослых. Такой ситуацией, безусловно, являются систематические издевательства и травля ребенка со стороны сверстников.
- Окажите поддержку своему ребенку - если ситуация зашла слишком далеко, например, ребенка постоянно унижают или избивают - немедленно реагируйте. В первую очередь оградите ребенка от общения с обидчиками - не отправляйте его в школу. В крайнем случае придется сменить класс или школу. Но перед этим убедитесь, что другие варианты выхода из ситуации не эффективны.
- Не пытайтесь полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний.
- Научите ребенка противостоять агрессорам, не уподобляясь им.
- Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации товарищей, с юмором относиться к неудачам, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родители не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

## Проблемы во взаимоотношениях с учителями

### Признаки

- резко и часто меняется настроение;
- нервозность, непредсказуемость;
- безразличие ко всему;
- неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить туда;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидной причины;
- очень мало говорит о своей школьной жизни;
- ни с того ни с сего (как кажется) отказывается идти в школу;

### Причины

- Личностные особенности (замкнутость, чрезмерная обидчивость и т.д.).
- Недовольство полученными оценками, страх получить плохую отметку.
- Полное отсутствие интереса к учебе, отсутствие учебных навыков.
- Несформированность психологических механизмов учебной деятельности.
- Отсутствие умения управлять собой, навыков самоконтроля.
- Снижение уровня мотивации к обучению (высмеивание, некорректные высказывания, сравнения, «загон» ребенка в ситуацию неуспеха).
- Завышенные требования к ребенку, без учета его возможностей.
- Недовольство учителем, боязнь учителя.

### Рекомендации родителям

- Попробуйте понять, что происходит, с точки зрения вашей, учителя и ребенка.
- Внутренняя, психологическая подготовка к предстоящему разговору с учителем.
  - Полезно будет овладеть грамотной техникой ведения беседы.
  - В результате разговора может выясниться, что одна сторона права, а другая нет:
    - если виноваты вы или ваш ребенок - придется извиниться;
    - если не прав учитель, но не находит в себе сил извиниться, попробуйте понять его;
    - если не прав был ребенок, вместе с ним спокойно обсудите, как можно исправить ситуацию. Пусть он попробует сам предложить выход, наиболее приемлемый для него;
    - если вы чувствуете, что ребенок не готов пока к извинению или другим шагам, предупредите учителя и сделайте это сами. Попросите пока ни на чем не настаивать.
- Возможные способы поведения из «безвыходной» ситуации:
  - перевести ребенка в другой класс или школу.
  - поставьте учителю условие, чтобы он изменил свое отношение к ребенку.
  - если нельзя изменить ситуацию, нужно изменить свое отношение к ней.

*Немаловажный момент в школьных конфликтах - обращение в различные инстанции, от администрации школы до городского отдела образования и выше. Все же предпочтительнее попробовать разрешить ситуацию сначала в стенах самой школы.*

## Проявления родительской любви

*Ребенок это цветок, а питает его любовь родителей. Ребенок, не чувствующий родительской любви, напоминает слабенький росток или колючий кустарник в пустыне.*

### Рекомендации родителям

Для доказательства родительской любви используйте все способы, которыми можно ее проявить:

➤ **Прикосновения** - иногда, вместо слов: «Я тебя люблю» - достаточно просто прикоснуться к человеку. Детям необходима ласка, причем ласка одинаково нужна и мальчикам и девочкам. В зависимости от возраста и ситуации формы прикосновений могут быть разными: можно ребенка поцеловать, обнять, поправить волосы, погладить по голове, дотронуться до плеча, похлопать по спине, прибавить несколько одобряющих слов.

➤ **Слова поощрения** это похвала, благодарность, ласковая поддержка, ободряющие слова, выражающие любовь и заботу. Они дают ребенку уверенность в себе, помогают почувствовать собственную значимость:

- постарайтесь хвалить ребенка хотя бы 3 раза в день;
- хвалите за конкретный поступок, а не «вообще». «Мне нравится, как аккуратно ты положила носочки в шкаф», а не «Хорошая девочка!»;
- хвалите больше за усилия, чем за результат. Дети, которых хвалят за конкретное усилие сделать что-то, скорее всего, повторят его;
- признавайте сильные стороны ребенка и хвалите его за них, а не фиксируйте внимание на его слабостях. Предоставьте ребенку как можно больше возможностей добиваться успеха в том, что ему нравится и что у него получается, - это поможет ему приобрести уверенность в себе.

➤ **Время.** Проводите время вместе, отдавайте ребенку все внимание целиком:

- беседы, совместные чтения, прогулки, семейные обеды помогут ребенку чувствовать себя любимым и желанным. Если у Вас не один ребенок, необходимо найти время на каждого. Это не легко, но возможно;
- когда Вы вместе старайтесь чаще смотреть в глаза ребенку. Добрый, заботливый взгляд поможет донести до сердца ребенка Вашу любовь.

➤ **Подарки.** Говорить только на «языке подарков» нельзя, необходимо сочетать его с остальными способами. Когда ребенок смотрит на подарок, он понимает, что его любят. Ему не так уж важно дорогая это вещь или безделица. Главное - Вы подумали о нем.

➤ **Помощь.** Помогать ребенку не значит полностью обслуживать его: постарайтесь услышать просьбы и ответить на них; делайте за ребенка только то, чего он сам делать еще не может; помогайте ребенку с радостью, старайтесь от всей души и его душа тоже наполнится любовью.

## Запреты

### Причины установления запретов

- чтобы ребенок в своих действиях учитывал не только собственные желания, но так же потребности других людей;
- чтобы ребенок в своих действиях ориентировался на общепринятые социальные нормы поведения.

### Рекомендации родителям:

- Объяснить причину и справедливость своего запрета и предложить альтернативный вариант поведения. Если родители будут только запрещать, не разъясняя при этом какое поведение является правильным, ребенок просто не будет знать как же ему тогда вообще себя вести.
- Родители должны своим собственным поведением подавать пример ребенку. Естественно, недопустимым является вариант, когда родители, запрещая что-либо своему ребенку, сами не придерживаются этих правил.
- Употребляйте слово «Нельзя!», не выражая свое нетерпение, а из желания поправить ошибку ребенка или предостеречь его. Неправильное употребление слова «Нельзя!» только тормозит поведение ребенка, но нисколько не отменяет его желание. Наши резкие, раздражённые, гневные и настойчивые «Нет!», «Нельзя!» лишь вызовут у него чувства ущемленности и огорчения.
- Постарайтесь понять, что ребенок целиком находится в плену своих желаний, над которыми у него еще нет или почти нет никакой власти. Понадобятся многие годы, прежде чем он научится управлять ими. Если же мы попробуем укоротить этот срок, то допустим грубую ошибку.
- Не следует ожидать, что за несколько первых лет жизни дети научатся добровольно отказываться от чего-то, идти на компромисс, отдавать исполнение своих желаний. Точно так же, что они поймут наши уроки с первого же разъяснения или после первой взбучки.
- Если надо в чем-то отказать ребенку, сделайте это доброжелательным тоном. Конечно, поправить его ошибку необходимо, но в любом случае надо сохранить с ним добрые отношения и не унижить его человеческое достоинство.
- Даже если вам удастся запретить детям что-нибудь, разумнее исправить, изменить само их желание сделать это с помощью мягких, спокойных и терпеливых объяснений. Сделать это гораздо труднее, чем всякий раз кричать «Не-е-е-е-т!» из одной комнаты в другую.
- Не ждите, пока ребенку исполнится 5-6 лет. Обычно «Нет!» и «Нельзя!» начинают звучать, едва ребенок научится ходить. Вот тут-то и следует приниматься за решение подобной проблемы.
- Если вы считаете, что ваш характер исключает всякий терпеливый и спокойный подход к ребенку, вам остается сделать одну крайне важную вещь: раз уж ваша манера все запрещать выводит ребенка из себя, настраивает его против вас, вознаградите его особенно нежной лаской в минуты, когда проявляете свою любовь.

## Наказания

### Опасности применения наказания

- Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь.
- У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям.
- Частые наказания, так или иначе, побуждают ребенка оставаться инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку.
- Наказание может помочь ребенку привлечь к себе внимание родителей. Речь может идти не только о добром внимании со стороны родителей - неважно: все равно, было бы внимание.

### Рекомендации родителям

- Необходимо заранее предупредить ребенка о том, что за определенный проступок его накажут.
- Устанавливая наказание, родители должны быть, уверены в правильности собственного решения.
- Наказывая ребенка, родители должны показать, что им это неприятно.
- Никогда нельзя доходить до применения физической силы при наказании!
- Нельзя оскорблять ребенка как личность, обзывать его. Обсуждению должен подлежать только проступок.
- Если наказание применяется в дисциплинарных целях, оно будет эффективно лишь в отдельных случаях.
- Не надо прибегать к наказаниям раньше, чем ребенку исполнится 2,5- 3 года. Он должен быть в состоянии понять цель наказания научить ребенка правильно нести себя. Связь между одним и другим может быть такая: ваш ребенок должен видеть наказание как результат каких-то своих неверных поступков, а не как проявление вашей злой воли.
- После любого наказания должно последовать примирение. Ребенок должен получить подтверждение любви родителей.

### Наказание можно заменить

- Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.
- Объяснением. Объясните ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно, но будьте предельно краткими.
- Отвлечением. Постарайтесь предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
- Неторопливостью. Не спешите наказывать ребенка возможно данный проступок был случайностью.
- Наградами. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение вместо того, чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится много времени, вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.

*Всегда старайтесь выяснить причину, почему ребёнок поступил так, а не иначе.*

## Детская ревность

### Признаки:

1. Возникновение соперничества между детьми.
2. Переживание стресса.
3. Душевный дискомфорт.

### Причины

1. Недостаток внимания со стороны родителей.
2. Ошибки воспитания.

### Рекомендации родителям

➤ Старайтесь уделять старшему ребенку не меньше времени, чем младшему. По-прежнему, обсуждайте с ним события в детском саду или школе, интересуйтесь его делами.

➤ Дайте понять старшему ребенку, что вы считаете его уже взрослым, самостоятельным и способным на поступки, которые раньше он совершить еще не мог.

➤ Постоянно обращайтесь к старшему ребенку на то, насколько младший ребенок слабее и беспомощнее него.

➤ Чаще говорите в присутствии ребенка о том, как хорошо, что есть такой замечательный помощник.

➤ Давайте старшему ребенку время для его личных дел, у него должна быть возможность чувствовать себя свободно, не обремененным поручениями старших. Иначе ребенок будет воспринимать младшего ребенка как помеху, преграду, стоящую между ним и его любимыми занятиями.

➤ Откровенно беседуйте с ребенком.

➤ Сохраняйте максимальную объективность и ведите себя естественно и спокойно.

### Не стоит:

- Чрезмерно подчеркивать изменившееся положение старшего ребенка, повторяя слишком часто: «Ты теперь старше, ты должен быть терпеливым, уступать маленькому», когда ребенок пытается отстоять свое право на какой-то предмет, принадлежащий лично ему, претендует на ваше внимание в неподходящее время и так далее.

- Сравнить детей вслух в их присутствии.

- Ставить все время одного ребенка в пример другому.

- Преувеличенно выражать любовь и нежность по отношению к старшему ребенку.

- Отдавать предпочтение одному из детей во время ссор и споров. Стараясь разрешить детские ссоры, сохраняйте объективность, делайте правильные выводы, а не обвиняйте автоматически одного из детей, не разобравшись в ситуации.

## Карманные деньги

Карманные деньги - это сумма, выдаваемая детям на их собственные нужды.

Родители должны понимать, что карманные деньги - не награда за хорошее поведение или учебу и не плата за помощь по дому. Это один из приемов воспитания, который имеет четкую цель - научить ребенка обращаться с деньгами и правильно их тратить.

### Рекомендации родителям

- С какого возраста начинать?

С того момента, как ребенок пошел в школу (6 - 7 лет).

- От чего зависит выдаваемая сумма?

От средних сумм, получаемых сверстниками (по возможности), возможностей семьи (например, составлять определенный процент от доходов взрослых), совместной договоренности с ребенком, среднего уровня необходимых расходов, возраста ребенка.

- От чего не зависит выдаваемая сумма?

От полученных отметок, старания в домашних делах, поведения (исключая крайние случаи), настроения родителей, степени внимания родителей к ребенку

- Сколько выдавать?

Определите, сколько денег ваш ребенок сможет потратить «с умом» в соответствии со своим возрастом.

- Как часто давать деньги?

Лучше руководствоваться принципом: чем меньше возраст, тем чаще выдавать.

- Как контролировать?

Если вы жестко устанавливаете, что можно покупать на карманные деньги, а чего нельзя, то они как инструмент развития самостоятельного навыка теряют смысл. Важно научить ребенка советоваться с вами при выборе лишь дорогой покупки, например велосипеда или домашней техники. Даже если ребенок заблуждается, стоит вежливо его переубедить, но окончательный выбор остается за ним. Голос родителей в процессе принятия ребенком решения должен быть исключительно рекомендательным. Финансовые неудачи - часть науки управления деньгами. Поэтому смиритесь с потерями и возможным нерациональным расходом средств на первом этапе - хорошие уроки не бывают бесплатными.

- Выдавая карманные деньги, родителям стоит придерживаться некоторых правил: выдача суммы должна быть регулярной и своевременной. Игнорирование выплаты или ее отсрочка ведут к воспитанию финансовой необязательности; с самого начала ребенок должен понять, почему родители дают ему деньги и какие расходы, которые раньше несли родители, ему придется покрывать из своих карманных денег

- Лишение карманных денег не должно использоваться как наказание.

Если вы по каким-либо причинам вынуждены пойти на сокращение размера карманных средств, ребенку необходимо объяснить обстоятельства, вызвавшие это урезание, и добиться у него понимания.

- Не делайте послаблений. Гоните от себя жалость и желание компенсировать своему ребенку потерянные, слишком быстро или нерационально израсходованные средства. Это подведет его к мысли, что к родителям можно относиться как к страховой компании, которая в случае необходимости

всегда покроет непредвиденные потери и убытки.

- У ребенка должны быть обязанности по дому, которые он выполняет бесплатно.

- Ребенку нужно позволить тратить свои деньги по собственному выбору.

- Ежегодно сумма карманных денег и обязанности ребенка должны увеличиваться.

## Скрытый вред телевизионного экрана

### Признаки

- Переутомление.
- Отставание в развитии речи.
- Неспособность к самоуглублению, к концентрации на каком-либо занятии, отсутствие заинтересованности делом - "дефицит концентрации".
- Трудности в восприятии информации на слух.
- Пассивность восприятия информации.
- Резкое снижение фантазии и творческой активности ребенка.
- Риск возникновения телевизионной зависимости.
- Повышение детской жестокости и агрессивности.

### Рекомендации родителям

- Предоставлять свободный доступ к информационной технике можно только за пределами дошкольного возраста (после 6-7 лет).
- Ограничить время, в течение которого ребенок сидит у телевизора. Допустимый максимум для ребенка 7-9 лет 2 часа в сутки.
- Компьютерные игры можно вводить только после того, когда ребенок освоит традиционные виды детской деятельности.
- Чтобы уменьшить негативное влияние телевизора на здоровье и психическое развитие, следует соблюдать несколько простых правил:
  - Желательно каждые 40-60 минут делать перерыв минут на 10.
  - Нельзя смотреть телевизор, сидя близко к экрану. Расстояние до экрана должно быть не менее 2,5-3 метров.
  - Нельзя смотреть телевизор в темной комнате.
  - Если у ребенка уже снижено зрение и он носит очки, не позволять ему смотреть телевизор без очков. Это приведет к дальнейшему прогрессирующему нарушению.
  - Никогда не предлагайте ребенку телевизор вместо себя.
  - Не приучайте ребенка прибегать к телевизору как к способу утешения в случае неудач.
  - Не превращайте телевизор в участника семейных ритуалов. Совершенно необязательно завтракать, обедать и ужинать перед телевизором. Лучше посвятите это время общению между собой.
  - Не разрешайте ребенку смотреть все подряд. Лучше заранее, посмотрев программу, определитесь, какие передачи ребенок может посмотреть один, какие вы посмотрите вместе, а от каких лучше воздержаться.
  - Если ребенку захочется посмотреть те самые ужастики, которые вы не разрешаете, - посмотрите их вместе с ребенком и обязательно обсудите увиденное.
  - Приучайте ребенка относиться к увиденному критично. Анализируйте происходящее на экране телевизора, комментируйте. Ребенок должен понять, что далеко не все стоит принимать за чистую монету.
  - Высказывайте свою точку зрения о том, что из увиденного «хорошо», а что «плохо». Давайте оценку с точки зрения норм нравственности и морали, чтобы у ребенка не сложилось впечатление, что именно так и должны поступать в реальной жизни люди.

Вот он сидит перед нами, взгляните.  
Сжался пружиной, отчаялся он.  
С миром оборваны тонкие нити,  
Словно стена без дверей и окон.

Сердце его — обнаженная рана.  
Мысли и чувства — сложнейший клубок.  
Кто же его искалечил так рано?  
На беззащитность набросил замок?

Чтобы смогло это сердце забиться,  
Чтобы добра уголёк не погас,  
Нам, как сапёрам, нельзя ошибиться,  
Жизнь эта будет зависеть от нас.

**С. Давидович**



Тираж 100 экз.  
Типография ГОБУ ЯО  
«Ярославская школа-интернат №6»