

Консультации для родителей

«Что делать, если ребенок боится темноты?»

Дети очень часто боятся темноты. Многие родители не обращают на это внимания, считая, что это еще один способ ребенка привлечь к себе внимания. Пугая ребенка, что в темноте находится «баба-яга», или еще какой-нибудь вымышленный персонаж, родители делают только хуже. А разве сами родители в детстве ничего не боялись? Когда мама пошла к соседке за чем-нибудь, а папа был на работе, вы не боялись находиться дома одни? Пугаясь каждого шороха и оборачиваясь на собственную тень, мы начинали плакать и звать родителей.

Ночью, просыпаясь от нехорошего сна, сразу бежали в спальню родителей и просились к ним в кровать.

Боязнь темноты – одна из множеств фобий ребенка. Если ваше чадо говорит вам, что чего-то боится, не отмахивайтесь от него. Лучше все расспросить и объяснить, что ничего страшного нет, а все это просто его выдумки и разыграншееся воображение. Укладывая спать ребенка, обязательно включите ему светильник, посидите с ним рядом, почитайте ему сказку. Но ни в коем случае не оставляйте его одного в темноте. Это лишь усугубит ситуацию. А причину всех страхов необходимо искать в семье. Не нужно кричать на ребенка по пустякам, не ругайтесь при нем, на долгое время не отдавайте на попечение родственникам, не оставляйте у знакомых, с которыми он не хочет находиться.

Как правило, темноты боятся дети от 2 до 7 лет. В этом возрасте у детей особенно развито воображение. Любая тень им кажется зловещим чудищем, мягкая игрушка в темноте напоминает страшного и злого героя из мультфильма. Если на это не обращать внимания, то фобия не только не пройдет, а будет развиваться еще сильнее. Не давайте смотреть ребенку перед сном мультики, в которых есть отрицательные персонажи. Тем более что в современных мультиках таких много. Почитайте добрые сказки с хорошим концом.

Причина страха с 8-ми летнего возраста возникает при стрессовых ситуациях. Не надо на ребенка кричать и говорить, что он уже взрослый для таких глупостей. Нужно с ним поговорить, уделить больше внимания, приласкать, но, ни в коем случае не ругать.

Не надо обзывать ребенка трусом, кого-либо приводить ему в пример, говоря, что кто-то не боится, а вот ты... Ребенок может просто уйти в себя, не показывая, что он боится, но при этом, бояться не перестает. Проблема ни куда не уйдет и все станет еще хуже. Со временем это все может перерасти в манию.

Не нужно ребенка наказывать, закрывая его в своей комнате в полной темноте. Чадо может начать бояться замкнутого пространства. Это еще больше усугубит и без того сложную ситуацию.

Ребенку на собственном примере необходимо показывать, что темноты бояться не нужно. Рассказать ему о своем детстве, о том, как вы тоже чего-то боялись, но со временем перебороли этот страх. Возьмите ребенка за руку, выключите в комнате свет и объясните, кому или чему принадлежит та или иная тень. Расскажите, что стоящая в углу игрушка, ни какой не монстр, а всего лишь его любимая вещь.

Если малыш обратился к вам по поводу своих страхов, выслушайте его, дайте ему какой-нибудь совет, но не смейтесь над ним и не гоните его, говоря, что все это всего лишь выдумки и ничего больше.

Не разрешайте малышу спать в вашей кровати. Для него это как защита, а вы просто приучаете спать с вами, а проблема, тем временем, не решается. Лучше отвести чадо в его комнату, уложить на его кровать, разговаривать с ним. Прилягте рядом, подождите, когда он уснет. Когда уходите, не выключайте ему ночник. Если он ночью захочет в туалет, ему будет проще встать и подойти к горшку.

Не надоедайте ребенку своей опекой и заботой. Он к этому привыкнет, и всю жизнь будет искать защиты у вас, вместо того, чтобы становиться самостоятельным.

Попросите малыша нарисовать то, чего он боится. Когда он нарисует, пусть сам своими руками порвет и порежет этот рисунок. Объясните ему, что таким образом он избавляется от своих страхов. Поиграйте с ним в «прятки». Если ребенок спрячется в затемненный угол, не находите его сразу, даже если вы знаете где он находится. А когда найдете, скажите, что он очень храбрый, что вы бы не решились туда спрятаться. Он почувствует себя героем и будет по-другому смотреть на свои страхи.

Дарите ребенку тепло, заботу и любовь. Вникайте в его проблемы и обсуждайте их. Не бросайте его наедине со своими проблемами, и тогда все будет хорошо.

«Как справиться с агрессией у ребенка?»

К сожалению, проблема детской **агрессии** сегодня распространена очень широко. Многие молодые **родители впадают в ступор**, когда замечают, что их сын или дочка дошкольного возраста постоянно злится, ругается, кричит и всеми возможными способами пытается обидеть как взрослых, так и своих сверстников. О том, что делать и как вести себя с **агрессивным ребенком**, мы попробуем разобраться.

Агрессия (от лат. *aggre dere* - *нападать*) - поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта **агрессии**.

Причины **агрессии** у детей:

1. Соматические заболевания, нарушение работы отделов головного мозга.
2. Конфликтные отношения с **родителями**, которые не уделяют внимания, не интересуются **ребенком**, не проводят с ним время.
3. Копирование моделей поведения **родителей**, которые сами являются **агрессивными как дома**, так и в социуме.
4. Равнодушное отношение **родителей к тому**, что происходит в жизни **ребенка**.
5. Эмоциональная привязанность к одному **родителю**, где второй выступает в роли объекта **агрессии**.
6. Низкая самооценка, неумение **ребенка** управлять собственными переживаниями.
7. Непоследовательность **родителей в воспитании**, разные подходы.
8. Высокая возбудимость.
9. Недостаточная развитость интеллекта.
10. Отсутствие навыков налаживать отношения с людьми.
11. Копирование поведения героев из компьютерных игр или наблюдение за насилием из экранов телевизоров.
12. Жестокое отношение **родителей по отношению к ребенку**.

Как и у любого человека, есть свои уникальные причины **агрессии у детей**. Одного **ребенка могут беспокоить «холодные родители»**, а второго – невозможность иметь желаемые игрушки.

Здесь можно вспомнить случаи ревности, которые возникают в семьях, где малыш является не единственным **ребенком**. Когда **родители** любят больше другого **ребенка**, больше его хвалят, уделяют внимание, тогда это вызывает негодование. **Ребенок**, который чувствует себя ненужным, часто становится **агрессивным**. Его объектами **агрессии становятся животные**, другие дети, сестры, братья и даже **родители**. Важным становится еще

характер наказания, который применяют **родители**, когда **ребенок провинился**. **Агрессия провоцирует агрессию**: если **ребенка избивают**, унижают, критикуют, тогда он сам начинает становиться таким. Снисходительность или строгость как методы наказания всегда приводят к развитию **агрессивности**.

Признаки **агрессии**:

- Обзываются.
- Отбирают игрушки.
- Бьют сверстников.
- Мстят.
- Не признают своих ошибок.
- Отказываются соблюдать правила.
- Гневаются.
- Плюются.
- Щипаются.
- Замахиваются на других.
- Используют оскорбительные слова.
- Истерят, зачастую напоказ.

Всегда ли это плохо?

Не всегда. В **агрессивности** есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни.

Это-настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение **агрессивности из характера детей**, а на ограничение и контроль ее отрицательных черт, и поощрение ее положительных проявлений.

Подходы воспитания детей у обоих **родителей должны быть схожими**. Они должны быть последовательными и едиными. Когда один **родитель все разрешает**, а другой – запрещает, это позволяет **ребенку** любить одного и ненавидеть другого. **Родители** должны продумать меры и принципы своего воспитания, чтобы **ребенок понимал**, что есть нормальным и правильным. Также здесь используются методы:

Битье подушки.

Переключение внимания на другое занятие.

Рисунок собственной **агрессии**, который можно разорвать.

Исключение **родителями** со своей стороны запугивания, оскорбительных слов в момент **агрессии ребенка**, шантаж.

Соблюдение полноценного питания.

Спорт.

Выполнение упражнений по релаксации.

Громко покричать в мешок крика.

Рвать бумагу на мелкие кусочки.

Бить боксерскую грушу.

Проговорить свои чувства.

Игры с песком.

Плавание снимает эмоциональное напряжение.

Мамам и папам таких детей могут помочь следующие рекомендации:

- В первую очередь, проанализируйте собственное поведение. Помните, дети в любом возрасте копируют своих **родителей**;

- Ограничьте просмотр телевизора и тщательно выбирайте передачи и фильмы, которые может смотреть ваше чадо. Не допускайте, чтобы ваш сын или дочка видел триллеры, фильмы ужасов или любые сцены насилия;

- Несмотря на занятость, всегда находите время на игру и разговор как с малышом, так и с подростком;

- Старайтесь делать как можно меньше замечаний. Нервный и **агрессивный ребенок** не воспринимает критику. Гораздо лучше спокойно объяснить, что бы изменилось, если бы он сделал определенное действие по-другому;

- Терпеливо объясняйте своему чаду, почему нужно вести себя по-доброму;

- Держите себя в руках.

Если же даже при соблюдении всех вышеуказанных рекомендаций вы не можете совладать со своим отпрыском, обратитесь к специалисту.

Когда нужна помощь специалиста?

Специального вмешательства требуют два типа **агрессивности ребенка**:

Первый - когда **ребенок** старше пяти лет получает удовольствие, мучая других детей и животных. Такой тип редок, но всегда требует специального лечения у психоневролога.

Второй – гиперактивный **ребенок**. Такой **ребенок беспокоен, агрессивен**, все и вся задевает, за ним тянется «*шлейф*» разрушений и обид. Поведение такого **ребенка** отличается импульсивностью, необдуманными поступками, нарушением запретов. Такой **ребенок** может быть в душе любящим, великодушным, милым, но биохимический дисбаланс коры головного мозга делает его поведение сверха активным. Такой импульсивный **ребенок** – предмет забот врача, который может предписать нужные лекарства.

Агрессию невозможно полностью исключить из жизни человека, однако ее можно научиться понимать и контролировать. Хорошо, когда **агрессия является реакцией**, а не качеством характера. Итогом воспитания, когда **родители** занимаются устранением **агрессивности у своих детей**, является самостоятельность и сильная личность. Прогноз при отсутствии попыток **родителей помочь ребенку** в контроле своей ярости может быть неутешительным.

Во-первых, **ребенок** по достижению подросткового возраста может найти плохих друзей. У всех они появляются. Только дети, которые могут контролировать свою **агрессию**, вскоре сами уходят из «*плохих компаний*».

Во-вторых, **ребенок** будет находиться в замешательстве. Он не умеет понимать свои переживания, оценивать ситуацию, контролировать свои действия. Результатом подобного поведения может стать тюрьма или гибель. Либо **ребенок**, когда вырастет, станет преступником, либо окажется в ситуации, где его искалечат или убьют другие **агрессивные люди**.

Стирается граница дозволенного у человека, который не учится управлять своими эмоциями. Это часто прослеживается у преступников. Как результат отсутствия воспитания по устранению **агрессии** становится закрепление эмоции и формирование ее в качество характера. Как известно, злых людей никто не любит. Только такие же **агрессивные** люди могут окружать того, кто зол на мир. Такого ли будущего желают **родители своему ребенку**.

«Почему важно читать детям сказки?»

Книга – это неотъемлемая часть воспитания ребенка. С ее помощью он сможет найти ответы на интересующие его вопросы, познавать мир и самого себя, переживать истории героев, фантазировать развитие дальнейших событий того или иного произведения.

Ребёнок, которому с детства читают сказки, с большей вероятностью в будущем начнёт увлекаться чтением книг, ведь он с раннего детства будет погружен в мир воображения и слов, – в мир литературы.



Тогда у вас есть шанс передать свои детям естественным путем, без всяких особых усилий, ту страсть, которую имеете вы сами (ведь человеческая необходимость в путешествии в воображаемое, необходимость в мечте — это вполне здоровая потребность).

Тогда с помощью достойной книги вы будете участвовать в формировании мировоззрения и характера своих детей.

Тогда ваши дети раньше поймут самое важное: что доброта и честность — всегда хорошо; что неудача и проигрыш — это далеко не всегда плохо; что успех приходит к смелым, умным, умеющим думать, учиться и работать; что нет ничего невозможного, если есть желание и трудолюбие...

Они узнают про истинную любовь и горечь расставания, про крепкую и верную дружбу и предательство... и многое-многое другое из того, с чем придется однажды самим столкнуться (ведь через поступки героев и персонажей книг, ребенок осваивает мир взрослых, изучает человеческие отношения, законы взаимоотношений и общий порядок устройства взрослого мира; воображая себя героями этих историй, он анализирует и репетирует взрослую жизнь).

Тогда вы сможете быть уверенными и спокойными, что никакая нравственная деградация вашим детям не грозит.

Заботливые родители не отказывают своим детям во времени и внимании.

Как научить ребёнка убирать игрушки

Почти в каждом доме, в котором есть маленький ребенок, существует проблема, как заставить малыша убрать после себя игрушки. При этом самой распространённой ошибкой родителей становится то, что они насильно заставляют малыша делать «уборку», зачастую даже прибегая к угрозам, а этого делать ни в коем случае нельзя. Поэтому, давайте в данной статье поговорим о том, как же именно нужно научить маленького ребенка чистоте, да еще и так, чтобы он полюбил это занятие.

Во-первых, нужно учесть то, что не стоит требовать от дошкольника слишком многого. Например, того, чтобы он сам аккуратно раскладывал все свои игрушки по отдельным шкафчикам и полочкам: сделать это так, как Вам хочется, он точно не сможет. Самый простой способ, который можно попробовать применить в такой ситуации заключается в следующем: приобретите где-нибудь пару контейнеров, в которые могут поместиться все игрушки Вашего малыша.

При этом объясните ребенку, что каждый ящик предназначен для определенного типа игрушек. Например, один — для машин, другой — для конструктора, и так далее. Также не стоит ожидать, что малыш сам станет все убирать, без Вашего напоминания, и, тем более, - в одиночестве.

Следовательно, Вам самим придется всегда напоминать ему, чтоб он ликвидировал последствия всех своих игр. Будет намного лучше, если Вы ему в этом поможете, используя, например, разные игры.

Допустим, Вам вместе с малышом нужно разобрать завалы игрушек, однако он отказывается это делать. Можете предложить ему поиграть в стройку, чтобы он был в роли подъемного крана, который доставляет все игрушки в нужные места. А девочке можете сделать такое интересное предложение: пусть она временно побудет работницей почты, которая упаковывает посылки... В общем, научить ребенка тому, чтоб он убирался с энтузиазмом не так сложно — нужно добавить немного фантазии, чтобы малышу стало интересно.

Учтите также еще один важный аспект: не нужно применять в данной ситуации угрозы, или силой заставлять его. Однако при этом ни в коем случае нельзя брать всю уборку в комнате ребенка на себя. Ведь именно сейчас, в детские годы, ребенок должен научиться тому, чтобы содержать свое личное пространство в порядке, и сам должен убедиться в том, что жить в убранной комнате намного приятнее.

Бывает и так: родитель заходит в комнату к ребенку, говорит ему, чтобы он все убрал, а сам разворачивается и уходит в другое место. Скорее всего, тогда, когда он вернется проверить, все ли сделано, он обнаружит, что все игрушки остались в том же положении, в каком были, когда он давал распоряжение об их уборке. Дело в том, что ребенок просто не представляет себе, что такое уборка, и с чего ее нужно начинать: видя большой «завал» игрушек, он думает, что уборка никогда не закончится, поэтому делает вывод, что ее лучше вообще не начинать. Поэтому Ваша задача — не уходить, а помочь ребенку в уборке.

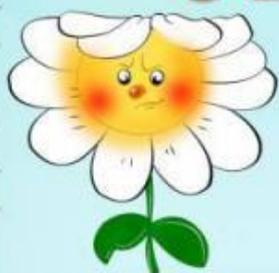
Например, можете предложить малышу раздробить на части весь фронт работы. То есть, сначала нужно будет собрать вместе все фантики, затем сложить весь конструктор в коробку, а на следующем этапе — расставить все игрушки по полочкам. Главное то, что ребенка нельзя оставлять в этот момент одного в комнате — иначе все ваши усилия будут напрасны. Можете просто расположиться в этой комнате с книгой, и постоянно подбадривать малыша. А можете убираться вместе с ним — например, он приносит Вам игрушки, а Вы расставляете их в шкафчики.

Также не стоит предлагать малышу, чтоб он убрался за награду. Конечно, время от времени это делать можно, но не всегда. Ведь ребенок должен понимать уже в этом возрасте, что смысл уборки — это не то, чтобы получить награду, а то — чтобы ему и другим было приятно находиться в его прибранной комнате. Можете почитать ребенку такие сказки, как например «Федорино горе» или «Мойдодыр».

И затем, если ребенок никак не желает убираться, можете незаметно забрать у него его самые любимые игрушки, и объяснить, что они обычно уходят от неряшливых детишек. Но, когда он исправится, естественно, Вам нужно будет вернуть ему «сокровища». В итоге хочется сказать, что если Вы приложите все усилия, то Ваш ребенок вскоре научится чистоте, и будет аккуратным, а это очень пригодится ему на протяжении всей жизни.



Уважаемые родители!



Помните!



Если:

- ребёнка постоянно критикуют, он учится ненавидеть
- ребёнка высмеивают, он становится замкнутым
- ребёнка хвалят, он учится быть благородным
- ребёнка поддерживают, он учится ценить себя
- ребёнок растёт в упреках, он учится жить с чувством вины
- ребёнок растёт в терпимости, он учится понимать других
- ребёнок растёт в честности, он учится быть справедливым
- ребёнок растёт в безопасности, он учится верить в людей
- ребёнок живёт во вражде, он учится быть агрессивным
- ребёнок живёт в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире



ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ ДЕТЕЙ!

Не балуйте нас.
Вы нас этим портите.
Совсем не обязательно
предоставлять нам все,
что мы просим. Мы
просто Вас испытываем.

Не делайте за нас то,
что мы в состоянии
сделать сами.
Мы можем продолжать
использовать Вас
в качестве прислуги.

Не давайте
пустых обещаний -
это подорвет
нашу веру в Вас.

Не беспокойтесь о том, что
мы мало времени проводим
вместе. Для нас важно то,
КАК мы его проводим.



Не требуйте от нас
немедленных объяснений,
зачем мы сделали то
или иное. Мы часто
сами не знаем
почему так поступаем.



Мы чувствуем, когда Вам трудно и тяжело.
Не прячьтесь от нас. Дайте нам возможность
пережить все вместе с Вами. Если Вы
доверяете нам, то и мы будем доверять Вам.

Не защищайте нас от
последствий наших ошибок.
Мы, как и Вы, учимся
на собственном опыте.

Будьте
последовательны!
Не сбивайте
нас с толку.

Не придирайтесь!
Не вынуждайте нас защищаться!

Берегите нас!
Заботьтесь о нас!



“Искусство быть родителем”

- Ваш ребёнок – не Ваша собственность, а самостоятельный человек. И решать до конца его судьбу, а тем более ломать по своему усмотрению ему жизнь Вы не имеете право. Вы можете лишь помочь ему выбрать жизненный путь, изучив его способности и интересы и создав условия для их реализации.
- Ваш малыш ни в чём не виноват перед Вами. Ни в том, что создал Вам дополнительные трудности. Ни в том, что не дал ожидаемого счастья. Ни в том, что не оправдал Вашего ожидания. И Вы не вправе требовать, чтобы он разрешил Вам эти проблемы.
- Ваш ребёнок далеко не всегда будет послушным и милым. Его упрямство и капризы также неизбежны, как сам факт его присутствия.
- Во многих капризах и шалостях малыша повинны Вы сами, потому что вовремя не поняли его, не желая принимать его таким, каков он есть.
- Вы должны всегда верить в лучшее, что есть в малыше. Быть уверенными в том, что рано или поздно это лучшее непременно проявится.

