

# КОРОТКО О ВАЖНОМ

Содержание

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

## 1. Решаем эмоциональные и поведенческие проблемы вместе

1. Что делать с агрессивными детьми
2. Как воспитывать гиперактивного ребенка?
3. Как воспитывать «тихоню»?
4. Как преодолеть детскую застенчивость?
5. Что делать, если у малыша повышенная тревожность?
6. Что делать со страхами?
7. Что делать с уязвимыми детьми?
8. Что делать, если вы заметили, что ваш ребенок занимается онанизмом?

## 2. Обеспечиваем здоровый сон ребенку.....

1. Как сделать так, чтобы пробуждение и засыпание были легкими?
2. Как сделать так, чтобы ребенок отдохнул днем?
3. Что делать, если ребенку снятся страшные сны?

## 3. Создаем гармоничные отношения в семье.....

- 3.1. Почему возникают детские капризы и как от них избавиться?
- 3.2. Как наказывать ребенка?
- 3.3. Как строить гармоничные отношения с бабушками и дедушками?
- 3.4. Что умеет хороший папа?
- 3.5. Как быть хорошей мамой?
- 3.6. Как научить ребенка хорошим манерам?
- 3.7. Что делать, чтобы ребенок не злословил?
- 3.8. Что делать с «кривлякой»?
- 3.9. Что необходимо делать, чтобы пребывание в больнице было спокойным?
- 3.10. Как помочь ребенку избавиться от вредных привычек?
- 3.11. Если вы заметили, что ваш ребенок ябедничает?
- 3.12. Что делать, если малыш обманывает?
- 3.13. Что делать, если в Вашей семье больше детей, чем один?
- 3.14. Как воспитывать близнецов?
- 3.15. Как избежать детской ревности?
- 3.16. Как помочь ребенку в ситуации развода родителей?
- 3.17. Как правильно показывать мультфильмы?
- 3.18. Как сделать так, чтобы компьютер не причинял вреда, а был полезен?
- 3.19. Что делать родителям, чтобы самооценка ребенка была нормальной?
- 3.20. Как воспитать в ребенке самостоятельность?
- 3.21. Как помочь детскому творчеству?
- 3.22. Как сделать так, чтобы малыш с удовольствием пошел в первый класс?
- 3.23. Как развивать память ребенка?
- 3.24. Когда нужно обращаться к психологу?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

МЫСЛИ ВЕЛИКИХ О ВОСПИТАНИИ

**Уважаемые родители! Стать отцом и матерью почетно, а умным, просвещенным, по – настоящему добрыми и терпеливыми родителями – почетно вдвойне.**

**Старайтесь всегда помнить о том, что:**

- ✚детство – это не подготовка к жизни, а сама жизнь, и в ней важно и ценно каждое мгновение;**
- ✚материнское или отцовское несчастье ложится тяжелым бременем на ребенка, поэтому не торопитесь выставлять свои беды ребенку напоказ, берегите его от стрессовых ситуаций;**
- ✚научить малыша радоваться чужому счастью и не завидовать ему – половина родительского успеха;**
- ✚нужно опасаться вырастить в доме безрадостного человека;**
- ✚важно избегать излишней раздражительности: там, где ее много, исчезает любовь;**
- ✚душа ребенка растет не на тех «спасибо», что он нам говорит, а тех, которые мы ему можем и должны говорить;**
- ✚доверие и поощрение, по Я.Корчаку, результативнее наказаний;**
- ✚опасно торопиться и искусственно ускорять развитие ребенка. Постепенное эволюционное развитие не нарушает и не разрушает психику ребенка;**
- ✚духовность и душевная деликатность самых близких взрослых спасет от капризов, непослушания, лени;**
- ✚в поведении ребенка лучше разумное ограничение, чем вседозволенность;**
- ✚необходимо как можно раньше начать и поощрять любой труд малыша – ручной, умственный и духовный;**
- ✚дом для дошкольника – это территория любви, где его всегда ждут, где он всегда наберется сил, отдохнет и пойдет дальше в огромный мир детства, отрочества и юности.**

## **1. Решаем эмоциональные и поведенческие проблемы вместе**

### **1. *Что делать с агрессивными детьми?***

Часто агрессивное поведение является следствием тех отношений, которые малыш наблюдает в семье. Наблюдаемыми агрессивными моделями поведения могут быть телеэкран, компьютер. Также ребенок может вести себя агрессивно из-за стремления привлечь внимание окружающих. Еще одна распространенная причина детской озлобленности - ревность.

- Задумайтесь над причинами агрессивного поведения.
- Если причина агрессивности - дефицит родительского внимания, то Вы сами знаете, что нужно делать.
- Не наказывайте малыша физически.
- Не кричите, не обвиняйте ребенка в содеянном. Это не поможет.
- Попробуйте успокоить и отвлечь детское внимание.
- Поговорить с ребенком, расскажите, чего Вы от нее ожидаете.
- Если приступы агрессии происходят достаточно часто, можно помочь ребенку и направить его агрессию в безопасное русло. Это могут быть занятия спортом, лучше всего - плаванием.
- Иногда агрессивным детям помогает боксерская груша, что находится дома в доступном месте.
- Соблюдайте единство воспитательных требований в семье и дошкольном учреждении.
- Создайте атмосферу принятия ребенка. Признание его достоинств и интересов.
- Используйте ровные, мягкие воспитательные меры в сочетании с любовью, требовательностью и настойчивостью.

- Осуждайте не ребенка, а поступок, который он совершил.
- Исключайте психического перенасыщения ребенка (перевозбуждения).
- Правильный режим дня, включая спокойный сон, психический покой, уединение в тихих местах в течение 1-2 ч, дозированные нагрузки в течение дня – ваши верные помощники.
- Постарайтесь преобразовать прямую агрессию ребенка на косвенную (выплескивать гнев на предметы – бросать резиновые игрушки, поролоновые подушки, мячи; комкать, рвать бумагу; играть с водой, песком, глиной; рисовать свой гнев).
- Формируйте эмпатию, дружелюбное отношение к другим.
- Хорошо снижают агрессию музыка Вивальди, Бетховена, звуки природы, пение птиц.

Маленький человек пока не способен анализировать свои переживания. Негативные эмоции, которые накапливаются, вызывают большой психологический дискомфорт.

Поэтому задача взрослого - помочь малышу выразить то, что он чувствует.

Дайте понять ребенку, какого поведения вы от него ожидаете, и предоставьте ему возможность исправиться.

1.

## 2. **Как воспитывать гиперактивного ребенка?**

Чем грозит такое поведение малышу? Если родители не обратят на это внимание, то в перспективе возможны трудности в школьном обучении.

- Не огорчайтесь и не отчаивайтесь.
- Проявляйте терпение, понимание, уважение к личности ребенка, всегда выслушивайте своего малыша.
- Старайтесь вести себя спокойно, мягко, без резких проявлений (отрицательных или положительных).
- Продумайте четкие и разумные границы дозволенного.
- Научитесь управлять вниманием ребенка, переводить его из состояния активности в состояние покоя.
- Придумайте ритуалы - колыбельные, стихи, упражнения, которые помогут малышу успокоиться.

Что делать с непоседами?

Непоседы не в состоянии удерживать внимание более пяти-семи минут. Только что ребенок выполнял задание, и вот уже вскочил и схватил игрушку. Не спешите ругать, стыдить или наказывать своего ребенка. Просто его детское внимание еще не готово быть «сосредоточенным» больше определенного короткого промежутка времени.

Чтобы избежать в будущем школьных проблем. Внимание малыша можно тренировать.

Начните с малого. Приготовьте несколько коротких задач для ребенка и выполните их вместе с ним. Чтобы малыш максимально мог сконцентрировать свое внимание, старайтесь, чтобы его не отвлекали лишние звуки, игрушки или люди.

- Всегда разговаривайте с ребенком спокойно, четко формулируя задачи и требования (от крика возбуждение ребенка усиливается).
- Избегайте игр с оружием (по статистике гиперактивность в 6 раз чаще встречается у мальчиков), просмотра телепередач и фильмов со сценами жестокости, насилия.
  - Играйте с малышом в игры по правилам.
- В ролевых играх предлагайте ребенку роль рыцаря, спасателя, доброго волшебника.
  - Занимайтесь развитием устойчивости внимания.
  - Чередуйте интеллектуальные занятия с физической нагрузкой.
  - Хвалите малыша, когда ему удастся довести начатое дело до конца или выполнить тяжелую кропотливую работу. Тем самым формируя чувство успеха, поощряя старание.
- Используйте тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).

1.  
3. **Как воспитывать «тихоню»**

Поскольку «медленные» дети успевают сделать не всё и не всегда, то для них целесообразно вводить «мягкие» временные границы. Например, ставить песочные часы и просить ребенка закончить завтрак до того, как песок просыплется.

- Расширяйте круг знакомств ребенка (приводите в новые места, знакомьте с новыми людьми)
- Привлекайте ребенка к выполнению различных поручений, связанных с общением.
- Ограничьте постоянное беспокойство и стремление оберегать ребенка от всевозможных опасностей.
  - Поощряйте ребенка на занятиях с подвижными играми.
  - Заниматься играми, которые развивают скорость детского мышления и переключения внимания.
  - С самого раннего детства приучать малыша к режиму дня.
  - Соревноваться с малышом: кто быстрее зашнурует ботинки, уберет постель и т.д.
  - Воздерживаться от высказываний: «Мой сын - нелюдим», «Он - такой тихоня» ...
  - Интересуйтесь мнением малыша, причем с самого раннего возраста. (Что он думает об увиденном мультфильме? Хочет ли он именно это блюдо?)
  - Не упускайте момента лишней раз подчеркнуть достоинства малыша.
  - Привлекайте ребенка (разумно) в свою взрослую жизнь. Позволяйте ему общаться со взрослыми.

1.  
4. **Как преодолеть детскую застенчивость**

Наиболее уязвимыми у застенчивого малыша являются его чувства и переживания. Он не проявляет свои эмоции открыто, а когда в этом все-таки возникает необходимость, просто замыкается в себе.

Часто взрослые обращают внимание на своих детей только тогда, когда те что-то делают неправильно, достижения и хорошие поступки малышей время остаются незамеченными.

- Чаще говорите ребенку о том, как Вы ее любите.
- Не критикуйте.
- Играйте с ребенком в игры, где он сможет проявить свои эмоции. Поддерживайте ребенка в его делах.

**1.5. Что делать, если у малыша повышенная тревожность?**

Тревожные переживания характеризуются ожиданием неопределенной угрозы, опасности. В отличие от эмоции страха тревога не имеет определенного источника. Это «страх неизвестно чего».

- Отмечайте достижения и успехи ребенка в различных видах деятельности ( делайте это в присутствии других детей или членов семьи).
- Избегайте состязаний, соревнований, где ребенку приходится сравнивать свои достижения с успехами других. Лучше сравнивать достижения ребенка с его же предыдущими результатами.
  - Обращайте внимание на эмоциональное состояние ребенка.
  - Хвалите и говорите ему о Вашей любви, используйте ласковые прикосновения.
  - Пересмотрите свою систему требований к ребенку - возможно, она слишком завышена.
  - Если в Вашей семье случаются конфликты, они могут быть причиной тревоги. Налаживайте семейные отношения.

**1.6. Что делать со страхами?**

Страхи отличаются у девочек и мальчиков, у детей с полными и неполными семьями, у детей, часто болеющих и ослабленных, у физически развитых и у тех, чьи семьи находятся в состоянии конфликта.

Часто малыши боятся засыпать в темной комнате, а родители искренне удивляются и упорно оставляют ребенка, так еще и стыдят: «Ты же уже большой. Никого тут нет. Спи!»

- Старайтесь понять причину детского страха.
- Не стыдите ребенка, если он чего-то боится.
- Никогда не пугайте детей ради послушания.
- Больше общайтесь, играйте с ребенком, обнимайте его.
- Проиграйте пугающую ребенка ситуацию, помогите увидеть, что объект страха совсем не страшный.
  
- Помогите малышу перестать бояться (объясните, сделайте что-то вместе).
- Научите ребенка не бороться со своим страхом, а иначе к нему относиться.
- Перед сном играйте с ребенком в спокойные игры и читайте добрые сказки.
- Превратите детский страх на то, что нестрашно (используя, например, рисование, также можно нарисовать страх, и сжечь его).

### ***1.7. Что делать с уязвимыми детьми?***

Уязвимые дети требуют гораздо больше похвалы и внимания, чем другие малыши. И родители пытаются хвалить их как можно больше, а результата нет. Малыш все равно обижается.

- Необходимо избегать сравнительных оценок детей (кто-то лучше, а кто-то хуже).
- Если малыш слишком уязвим, то игры-соревнования ему противопоказаны.
- Лучше не применяйте в воспитании принцип «что скажут люди», потому что уязвимые дети очень чутко реагируют на оценку со стороны.
- Избавьте ребенка от необходимости постоянно доказывать свое превосходство.
- Создайте в семье доброжелательные условия, когда каждого принимают таким, какой он есть.

### ***1.8. Что делать, если вы заметили, что ваш ребенок занимается онанизмом?***

Половое самосознание является такой же стороной жизни ребенка, как и все остальные. Главное - сразу понять, что детский онанизм и взрослый - явления абсолютно разные.

*Каковы же причины:*

1. Беспокойство и нервное напряжение.
2. Длительно сдерживаемая потребность помочиться.
3. Влияние старших детей с повышенным половым интересом.
4. Ощущения ребенка, что он в семье не нужен, нелюбим.
5. Отсутствие ласки, тепла.
6. Болезненная чувствительность к разлуке с мамой.
7. Страдание от того, что родители ожидали рождения ребенка другого пола.
8. Отсутствие братьев и сестер у активных детей.
9. Насильственное кормление. Если ребенок не испытывает удовольствие от пищи, то включается одна из самых чувствительных зон организма – слизистая губ и рта, которая рефлекторно связана с другой чувствительной зоной – генитальной.
10. Зуд в генитальной области, когда у ребенка эксудативный диатез, опрелости, глисты или тугая одежда. Когда слишком укутывают детей.
11. Чрезмерно сладкая и наваристая пища при небольшом количестве выпитой воды также вызывает зуд.
12. Несоблюдение гигиенических требований или слишком тщательное их соблюдение.

13. Физические наказания. Шлепки и порка способствуют приливу крови к генитальной области и сексуальному возбуждению.
14. Романтическое чувство любви, физическое влечение к родителям.

*Что же делать?*

- Не паникуйте.
- Не кричите на ребенка.
- Постарайтесь выяснить причину и устранить ее.
- Старайтесь отвлечь малыша, занять его чем-то интересным.
- Контролируйте, что именно малыш смотрит по телевизору.
- Не наказывайте малыша физически.
- Не акцентируйте внимание ребенка на непристойности этой темы.
- Давайте ребенку больше тепла и внимания.

## **2. Обеспечиваем здоровый сон ребенку**

### ***2.1. Как сделать так, чтобы пробуждение и засыпание были легкими?***

- Соблюдайте режим дня.
- Не лишайте малыша дневного сна.
- Перед сном играйте с ребенком в спокойные игры.
- Пойте колыбельные.
- Не ругайте малыша перед сном.
- Дайте ребенку мягкую игрушку, сделайте расслабляющий массаж.
- Не будите ребенка резко.
- Переход от сна к пробуждению должен быть постепенным.

2.

### ***2.2. Как сделать так, чтобы ребенок отдохнул днем?***

Дневной сон помогает ребенку вернуться к играм и занятиям бодрым и полным сил, поэтому не нужно лишать его такой возможности.

- Соблюдайте режим дня.
- Не отказывайтесь от тихого часа, даже если ребенок днем не засыпает, пусть просто полежит.
- Если малыш капризничает и не хочет полежать, прилягте рядом, почитайте книгу или расскажите сказку.
- Отдых перед телевизором для малышей недопустим.
- Не будите ребенка резко после дневного сна, пусть переход от отдыха к активности будет плавным.
- Обязательно похвалите ребенка, даже если он просто тихонько полежал.

Зачем и как петь колыбельные песни?

- Чтобы помочь малышу быстрее заснуть.
- Чтобы успокоить шалунишки перед сном.
- Чтобы успокоить слишком тревожного ребенка.
- Петь колыбельные нужно в спокойной обстановке, перед сном, поглаживая ребенка.
- Можно петь вместе с малышом, если ему хочется.

### ***2.3. Что делать, если ребенку снятся страшные сны?***

- Не стыдить и не говорить бесполезные слова: «Ты же уже большой, как можно бояться?» Это все равно не поможет.
- Не отправляйте ребенка спать в темную комнату одного, не запрещайте зажигать свет.
- Перед сном посидите с ребенком, поговорите о чем-то приятном, погладьте его и успокойте.

- Не нужно позволять ребенку бесконтрольно смотреть телевизор, если страшные сны бывают у нее довольно часто.
- В первый год жизни малыша лучше всего носить на руках, спеть колыбельную, затем уложить в постель.
- Если же сны постоянно повторяются, и ребенок вечером не хочет ложиться спать, просит оставить включенным свет, то здесь необходима помощь специалиста - психолога или психотерапевта - для того, чтобы выяснить причины появления кошмаров.
- А что же Вы сами можете сделать для своего ребенка? Лучше спать вместе с ним, если он еще маленький, или же поставить кровати ближе друг к другу. Тогда ребенок будет постоянно чувствовать Вашу поддержку и то, что он не одинок.
- Вечером пожелайте ребенку спокойной ночи, но не добавляйте: «Ты только не бойся». Это будет, скорее всего, напоминанием о страхах, и ребенок будет уже ожидать их, что только усилит беспокойство и страх.
- Ночью подойдите к ребенку лишний раз, посмотрите, как он спит, поправьте одеяло, - пусть во сне он чувствует Вашу заботу.

### 3. Создаем гармоничные отношения в семье

#### 3.1. Почему возникают детские капризы и как от них избавиться?

Для детей плач – это естественное выражение эмоций. Детские слезы – явление вполне обычное. Это своеобразный предъязык, усвоенный ребенком еще в младенчестве и успешно применяемый и в более позднем возрасте. Но есть дети, которые плачут чаще других. Иногда дети способны проплакать целый день только потому, что взрослые уговаривают их не делать этого. Одним из раздражающих типов поведения детей является хныканье – жалобное, громкое, изматывающее, которое может быстро превратиться в истерику. Следует отметить, что хныканью дети учатся, значит, их можно от такого поведения отучить. Еще у детей бывают истерики. Это испытанное ими средство получить желаемое, иногда оно проявляется как имитация истерики. Остановить это можно, никогда не уступая во время капризов.

#### *Причины плаксивости*

- Чувствительность и ранимость ребенка, обусловленная свойствами нервной системы (врожденный признак)
- Неуверенность в своих силах
- Испытываемый страх
  - Ребенок капризничает, если родители не умеют говорить с малышом на его языке - языке игры.
  - Ребенок капризничает, если родители влияют на ребенка такими средствами воспитания, которые не соответствующие возрасту ребенка.
  - Если стиль общения взрослого и ребенка отличается непоследовательностью, то капризов не избежать.

#### *Средства предупреждения и преодоления*

- Соблюдение режима дня ребенка
- Предупреждение утомляемости
- Формирование веры в себя, авансирование высокой оценкой смелости, самостоятельности, активности.

#### *Поведение взрослых с плачущим ребенком:*

- Как только ребенок начинает капризничать, оставайтесь рядом, дайте ему понять, что Вы его понимаете. Обнимите малыша, покажите, что Вы его любите, и старайтесь отвлечь от каприза. Однако ничем не вознаграждайте.

- Оказаться с ребенком на одном уровне, присесть, обнять.
- Выяснить причину плача.
- Дать ребенку попить, умыться.
- По возможности устранить причину плача.
- Предложить порисовать красками.
- Дать понять ребенку, что вы понимаете его чувства.
- Если малыш не успокоился, оставьте его в покое, не обращайтесь к нему. Дайте отвести душу, но не берите в этом участия.
- Во время истерики, что-либо доказывать своему ребенку - бесполезно. Ссора не имеет смысла, физические наказания еще больше его взбудоражат.
- Будьте с ребенком настойчивы. Если Вы сказали «нет», оставайтесь и дальше с такой же мыслью.
- Не сдавайтесь, даже если истерики у ребенка происходят в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять ее за руку и увести.
- Когда малыш успокоится, поговорите с ним в спокойной обстановке. Расскажите ему, как Вас огорчило, его поведение. Уверьте ребенка, что Вы все равно его любите и убеждены, что он никогда больше не будет вести себя плохо, даже если что-то будет не так, как ему хочется. Подобный разговор с малышом необходим, чтобы у него не возникло чувство вины, как это нередко случается после бурных всплесков гнева.

#### *Отношение к хныкающему ребенку*

- Установить абсолютную нетерпимость к хныканью.
- Отказываться выслушивать просьбы ребенка, которые произносятся ноющим тоном.
- Продемонстрировать нормальные интонации.
- Ввести штрафные санкции, если хныканье не прекращается (например, «хныкающий стул»)

#### *Отношение к истерикам ребенка:*

- Предугадывать истерику, чтобы предотвратить ее (при появлении у ребенка раздражения, напряжения, беспокойства, хныканья переключить его внимание).
- Отказаться от общения с ребенком до тех пор, пока он не успокоится.
- Изолировать ребенка в какое –нибудь специально отведенное место («успокоительный стул»).
- Не позволять ребенку использовать истерику для невыполнения каких –либо обязанностей, заданий. Он должен знать, что как только он вернется в нормальное состояние, он должен закончить начатое дело.
- Научить приемлемым способам выражения неудовлетворения.
- Взрослым необходимо сохранять спокойствие, не реагировать на истерику, потому что чем больше прилагается усилий успокаивать ребенка, тем дольше она продолжается.

### **3.2. Как наказывать ребенка?**

- Для начала задумайтесь, а стоит ли ситуация наказания?
- Любое наказание должно быть адекватным вине.
- не наказывайте малыша эмоциональным отвержением, для него это слишком тяжелое испытание, особенно если он не понимает причин.
- Обязательно объясняйте, за что именно Вы наказали ребенка.
- Избежать наказания можно, если Вы вводите в жизни ребенка разумные ограничения, которые помогают ему правильно себя вести.

### **3.3. Как строить гармоничные отношения с бабушками и дедушками?**

Бабушки и дедушки уже имеют жизненный опыт. Они являются носителями жизненной мудрости. Они не так обременены заботами, как мама и папа. Поэтому полностью отстранить их от воспитания внуков было бы совсем неправильно.

- Необходимо поговорить с Вашими родственниками и объяснить им свои педагогические взгляды.
- Не критикуйте действия бабушек и дедушек при ребенке, лучше сделает это после, корректно и тактично.
- Не стремитесь изолировать Вашего ребенка от бабушек и дедушек - они многому могут научить.
- Воспитывайте ребенка так, чтобы он уважал пожилых родственников.
- Объясните бабушке, ее опыт очень важен, но ответственность за воспитание ребенка полностью полагается на его родителей.

### **3.4. Что умеет хороший папа?**

Если ребенок знает ласковый голос отца, его доброе лицо, запах, смех, если он привык к заботливым прикосновениям родительских рук, значит, папа станет для малыша таким же важным человеком, как и мама.

Для девочки очень важно, чтобы папа не унижал ее, относился к ней с уважением, подчеркивал ее красоту и очарование. Отец для нее - модель будущего избранника. Отец - модель идеального мужчины для сына. Если трехлетний мальчик имитирует процесс курения, это означает, что его отец, скорее всего, заядлый курильщик. Отцу придется отказаться от всех привычек, которые он не хочет привить своему сыну.

Хороший отец может:

- Оградить ребенка от опасностей.
- Внимательно выслушать, быть великодушным, справедливым и отзывчивым.
- Горячо болеть за успехи ребенка.
- Предложить полезный совет.
- Научить делать правильный выбор.
- Научить уважать маму.
- Славить за хорошие поступки.
- Критиковать за неблагоприятные поступки.
- Соблюдать правила, которые он прививает ребенку.

### **3.5. Как быть хорошей мамой?**

Мама для ребенка - пример для подражания, носитель правильных решений, добра и мудрости.

- Сочетайте нежность и ласки с разумной строгостью.
- Говорите и всячески демонстрируйте ребенку, что любите его всегда, шалит он или ведет себя хорошо.
- Чаще гладьте малыша, целуйте его, берите на руки.

Если мама по характеру не очень ласковая, то малыш может страдать от недостатка тактильных ощущений, нежных слов, доброй поддержки.

Если у ребенка что-то не получается, он плачет и сердится, мама может вовремя поддержать и подбодрить. И малыш, слыша спокойный и уверенный мамин голос, попытается сделать еще раз. И у него получится!

### **3.6. Как научить ребенка хорошим манерам?**

Что же такое на самом деле «хорошие манеры»? Много из того, что мы так называем, - просто здравый смысл и обычная вежливость по отношению к окружающим. И для того,

чтобы эти хорошие манеры стали для ребенка природными, он должен постоянно в них практиковаться.

- Показывайте пример своим поведением.
- Не учить всему сразу.
- Будьте позитивными и конкретными. Говорите о том, что нужно сделать, а не о том, чего делать нельзя.
- Чтобы ребенок запомнил, почему так нельзя себя вести, объясняйте причины.
- Старайтесь делать замечания ребенку наедине, а не в присутствии других людей.
- Хвалите ребенка за любые проявления хороших манер.

Хорошие манеры - это еще и знание того, как нужно разговаривать с людьми и делать комплименты, способность реагировать на чувства другого человека, быть чутким, дружелюбным и терпимым.

### ***3.7. Что делать, чтобы ребенок не злословил?***

Овладевая языком. Ребенок усваивает разные слова. Детям свойственно слушать, что говорят вокруг. Почти все дети рано или поздно начинают употреблять бранные слова, обзывать. И то обстоятельство, что эти слова нас шокируют, оказываются для детей наилучшим поводом, чтобы повторять их. Что же делать?

- Окружите его вниманием и теплом.
- Ограничьте влияние телевидения, компьютера.
- Создайте благоприятную атмосферу дома.
- Ни в коем случае не ругайтесь сами.
- Если Вы наказываете ребенка за ругательство, то наказание должно быть понятным ребенку (объясните, за что) и не унижать его достоинство.
- Нельзя игнорировать «плохие» слова.
- Научите ребенка другому способу выражения эмоций: «Я рассержен», «Мне не нравится».

### ***3.8. Что делать с «кривлякой»***

- Не ругайте малыша. Все равно, он искренне не поймет, что же плохого натворил.
- Старайтесь выяснить причину беспокойства ребенка.
- Уделяйте ему больше Вашего внимания.
- Покажите, как другими способами можно привлечь внимание детей и взрослых.
- Если ребенок не уверен в себе, старайтесь создать такие ситуации, где он почувствует, что успешный.

### ***3.9. Что необходимо делать, чтобы пребывание в больнице было спокойным?***

- У ребенка должно быть как можно меньше времени для того, чтобы скучать.
- Возьмите с собой больше книг, игрушек, карандашей.
- Не обманывайте ребенка, говоря, что «больно совсем не будет». Лучше говорите правду, но успокаивайте малыша тем, что мама пожалеет, и больно будет только чуть-чуть.
- Будьте спокойны и уверены, внимательны и заботливы, тогда выздоровление Вашего малыша произойдет быстрее.

### ***3.10. Как помочь ребенку избавиться от вредных привычек?***

Какая - либо вредная привычка - это не недостаток воспитания, это сигнал, на который родители должны адекватно отреагировать. Поймите причину и принимайте решение. Старайтесь больше, а главное - глубже общаться с малышом. И не придавайте этой привычке большое значение, чтобы ребенок не чувствовал себя виноватым (это только усугубит проблему).

- Больше общайтесь с ребенком.

- Займите ребенка спортом. Чем больше активных движений он будет делать, тем быстрее и легче исчезнут вредные привычки.
- Мягкие игрушки, колыбельные и добрые сказки помогут Вам в борьбе с вредными привычками.
- Различные творческие и интеллектуальные занятия помогут Вам в борьбе с вредными привычками.
- Обратите внимание на то, как Вы обычно говорите с малышом. Не кричите и не унижайте его.

### ***3.11. Если вы заметили, что ваш ребенок ябедничает?***

Старайтесь выслушать ребенка. Спросите, что он думает об этой ситуации. Правильно ли поступил Вася? А Сережа? Как бы малыш действовал на месте детей?

Если Вы заметили, что малыш склонен слишком критически оценивать происходящее вокруг, видит только негативное, старайтесь акцентировать его внимание на чем-то хорошем, чаще положительно оценивайте окружающих вас людей. Тогда и у ребенка сформируется позитивный образ мира.

- Задумайтесь: может быть, ему просто не хватает Вашего внимания.
- Помните, что прямой запрет «Не ябедничай» является наименее эффективным.
- Контролируйте свои высказывания о других людях, старайтесь находить положительное в их поведении и оценке личных качеств.
- Проговаривайте и воспроизводите с ребенком «спорные» ситуации, поощряйте его самостоятельную оценку человеческих поступков.
- Научитесь отличать сегодняшнее «ябедничество» от эмоциональных реакций ребенка.
- Хвалите малыша чаще.

### ***3.12. Что делать, если малыш обманывает?***

Иногда малыш просто выдумывает какие-то сказочные сюжеты, рассказывает о том, что с ним никогда не происходило.

Мудрость, последовательность и терпение - Ваш ключик к решению проблемы. Никогда не принимайте решения сгоряча, каждая ситуация уникальна. Учитесь сами и показывайте пример ребенку - открыто обсуждайте проблему.

- Старайтесь понять причину.
- Не ругайте, даже если поймали на лжи.
- Если ребенок сам признал свою вину, обязательно похвалите его.
- Обсудите ситуацию с малышом наедине и старайтесь вместе найти выход.
- Лучше не рассказывайте об этом никому, потому что малышу будет неприятно слушать, что обсуждают его промахи.
- Не сравнивайте ребенка с другими детьми, - это не будет иметь пользы.
- Демонстрируйте положительный пример - будьте искренним с ребенком в чувствах.

### ***3.13. Что делать, если в Вашей семье больше детей, чем один?***

- Объясните старшему ребенку заранее о том, что вскоре у него появятся братик или сестричка.
- Никогда не сравнивайте детей.
- Не ругайте детей за проявление агрессии друг к другу. Старайтесь объяснять личным примером, как можно находить общий язык друг с другом.
- Если у Вас только что появился второй малыш, перераспределите обязанности в семье так, чтобы и первый ребенок не страдал от недостатка внимания.
- Положите на старшего ребенка какие-то несложные обязанности по уходу за маленьким. Он будет чувствовать ответственность и нежность по отношению к малышу.

### ***3.14. Как воспитывать близнецов?***

Если Вы хотите, чтобы Ваши близнецы стали двумя разными самостоятельными людьми, не зависящие друг от друга, не нужно постоянно подчеркивать их сходство.

Найдите в своих детях что-то особенное. Ведь в каждом человеке есть то, чем он не похож на остальных. А вот сравнивать близнецов даже вредно. Это может привести к ненужной ревности.

- Старайтесь подчеркивать индивидуальность каждого малыша.
- Грамотно распределяйте свое родительское внимание между детьми.
- У каждого ребенка обязательно должна быть если не своя комната, то хотя бы «своя территория» в общей комнате.
- Не заинтересовывайте обоих детей одним делом. Пусть каждый выбирает себе занятие по интересам.
- Не сравнивайте детей!

### ***3.15. Как избежать детской ревности?***

- Ребенок ревнует, потому что не уверен, что его любят. Следовательно, необходимо доказывать ему свою любовь.
- Никогда не сравнивайте детей.
- Если Вы заметили, что ребенок ревнует, не злитесь на него и не ругайте его.
- Лучшее лекарство от детской ревности - внимание и терпение.

### ***3.16. Как помочь ребенку в ситуации развода родителей?***

- Окружите малыша теплом и заботой, проводите с ним больше времени.
- Не лишайте его информации, но говорите о родительских взаимоотношениях мягко и сдержанно.
- Отношение к ребенку ни у одного из родителей не должны меняться в худшую сторону.
- Желательно радикально не менять условия жизни ребенка.
- Юридический развод, раздел имущества должны остаться за пределами внимания ребенка.
- Ни в коем случае нельзя использовать ребенка как орудие, во время выяснения отношений, не перетягивать ее в одну из сторон.
- После развода супруги должны четко распределить обязанности по воспитанию ребенка.
- Нельзя негативно оценивать в присутствии ребенка маму или папу.
- Ребенок должен осознать, что развод прерывает только связь между родителями. При этом связь «ребенок - папа», «ребенок - мама» остаются неизменными.

### ***3.17. Как правильно показывать мультфильмы?***

- Соберите свою собственную коллекцию хороших мультфильмов.
- Прежде чем показывать ребенку мультфильм, посмотрите его сами с точки зрения полезности, качества и соответствия возрасту.
- Если Вы показываете ребенку новый мультфильм, предварительно посмотрите его сами и решите, нужно ли показывать его ребенку.
- Ограничьте время просмотра.
- Чем моложе малыш, тем короче должен быть мультсеанс.
- Обсуждайте с ребенком то, что он увидел на экране.

### ***3.18. Как сделать так, чтобы компьютер не причинял вреда, а был полезен?***

- Ограничьте время, в течение которого ребенок сидит за компьютером.
- Тщательно отбирайте компьютерные игры, для начала попробуйте «пройти» их самостоятельно.
- Не покупайте ребенку игры, в которых агрессия, насилие.

- Объясните ребенку, что компьютер, в основном, должен использоваться не ради игры, а для дела.
- Не помещайте компьютер в детской комнате. Это приводит к бесконтрольному его использованию.

#### *Как относиться к компьютерным играм?*

- Для начала поиграйте в компьютерную игру сами, чтобы понять, подходит ли она ребенку.
- Отдавайте предпочтение играм с теми персонажами, которые уже знакомы Вашему ребенку по сказкам, мультиками или Вашим рассказам.
- Если Вы почувствовали, что компьютерная игра начинает «затягивать» ребенка, скорее старайтесь наполнить жизнь малыша хорошими впечатлениями.

### **3.19. Что делать родителям, чтобы самооценка ребенка была нормальной?**

- не сравнивать ребенка с другими детьми.
- не ругать и не наказывать физически.
- чаще хвалить (за дело).
- не говорить: «Ты - неряха», «Лентяй», «Дурак».
- Говорить о том, как Вы его любите и доказывать свою любовь реальными делами.
- Поддерживать малыша, если у него что-то не получается.

### **3.20. Как воспитать в ребенке самостоятельность?**

- Не перегружайте малыша своей опекой и контролем.
- Хвалите ребенка за самостоятельные решения.
- Радуйтесь самостоятельности ребенка.
- Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам.
- Чаще говорите ребенку: ты можешь, ты умеешь, ты сделаешь это сам, тебе это под силу, у тебя получится.

### **3.21. Как помочь детскому творчеству?**

Очень часто, чтобы ребенок мог развиваться и дальше в своем творчестве, ему необходима не только положительная оценка родственников, но и признание достаточно широкого круга людей.

- От Вашей поддержки зависит очень многое, поэтому поддержите малыша словом и делом.
- Оценивая детские работы, будьте деликатны. Не нужно критиковать все, что Вы видите, находите положительное! А лучше чтобы ребенок оценивал сам свой труд.
- Создайте малышу обстановку для творчества: обязательно должно быть достаточно места и материала под рукой.
- Обратитесь за помощью к педагогам-специалистам.

### **3.21. Как сделать так, чтобы малыш с удовольствием пошел в первый класс?**

- Не отдавайте ребенка в школу раньше шести с половиной лет.
- Познакомьте ребенка заранее со школой, учительницей и будущими одноклассниками.
- Расскажите малышу о школе, о своем детском школьном опыте.
- Не ругайте ребенка за промахи и неудачи на занятиях.

#### *Как помочь ребенку учиться в школе?*

Когда ребенок приходит из школы, возьмите себе за правило спрашивать: «Что нового ты узнал сегодня в школе?» И не ставить вопрос: «Какую оценку ты получил?» Этим Вы подчеркнете, что для Вас важнее именно те знания, которые приобретает ребенок, а вовсе не формальные оценки, которые часто бывают необъективными.

Лучше сядьте вместе с ребенком и вместе сделайте домашнее задание или решите примеры из контрольной работы.

- Помощь и внимание к ребенку должны заменить строгий родительский контроль.
- Установите доверительные отношения с учителями.
- После школы спрашивайте у ребенка: «Что нового ты узнал сегодня в школе?»
- Хвалите малыша за школьные достижения.
- Контролируйте свои эмоции, не ругайте за плохие оценки.
- Если есть необходимость, помогайте ребенку выполнять домашние задания.

### **3.22. Как развивать память ребенка**

Обратите внимание на то, что каждый ребенок по-разному запоминает стихи, песенки. В процессе воспроизведения в сознании появляется раньше воспринятая информация. В зависимости от того, что именно воспринимает и воспроизводит человек, различают четыре основных вида памяти:

- Наглядно - образная, что способствует запоминанию лиц, звуков, цветов, форм предметов и т. д.;
- Словесно-логическая (или словесно-смысловая), при которой информация запоминается на слух;
- Двигательная (моторная) - память движений;
- Эмоциональная, при которой запоминаются пережитые чувства, эмоции и события.

Кроме того, память делится на произвольную (которая используется, если нужно запомнить что -нибудь и сам процесс требует усилий от человека) и произвольная (задача запоминания не ставится, это происходит само по себе).

В зависимости от продолжительности сохранения информации в памяти - на долгосрочную и кратковременную.

На развитие памяти также влияет уровень умственных способностей - чем больше малыш умеет делать, чем активнее он размышляет над чем -либо, тем больше он способен запомнить.

- Просите ребенка повторить услышанное, перечислить предметы, описать увиденное.
- Больше читайте и рассказывайте.
- Похвалите ребенка, если ему самостоятельно удалось что-то запомнить.
- Не ругайте, если малышу сложно сразу запомнить стихотворение.
- Используйте картинки, чтобы облегчить запоминание.
- Развивать память ребенка лучше в игре.

### **3.23. Когда нужно обращаться к психологу?**

- Если проблема не решается длительное время.
  - Если Вы знаете, как решить проблему, но Вам все-таки нужна помощь.
  - Если Вас что-то беспокоит в детском поведении, но Вы не можете понять причину.
  - Если Вам кажется, что малыш отстает в развитии от своих сверстников.
- Скорее всего, Вам это кажется, но лучше расставить все точки над И, и не мучить ребенка сравнением с другими детьми.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Уважаемые родители, помните!

### *НУЖНО:*

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

### *НЕЛЬЗЯ:*

- ✚ рассчитывать на то, что ваш ребенок будет самым лучшим и способным. Он не лучше и не хуже, он другой.
- ✚ относиться к ребенку как к сбербанку, в который родители выгодно вкладывают свою любовь и заботу, а потом получают ее обратно с процентами;
- ✚ ждать от ребенка благодарности за то, что вы его родили и выкормили, - он вас об этом не просил;
- ✚ использовать ребенка как средство для достижения пусть самых благородных (но своих) целей;
- ✚ рассчитывать на то, что ваш ребенок унаследует ваши интересы и взгляды на жизнь (увы, они генетически не закладываются);
- ✚ перекладывать ответственность за воспитание на родственников, воспитателей, учителей, бабушек и дедушек, чужих людей.

### *НИКОГДА:*

- ✚ не перебивайте ребенка, не говорите ему, что все поняли, не отвлекайтесь. Пока ребенок не расскажет до конца свою историю. Ни в коем случае не дайте ребенку заподозрить, что вас мало интересует то, о чем он рассказывает;
- ✚ не заставляйте ребенка что – то делать, если он утомлен, взволнован или его что – то отвлекает;
- ✚ не заставляйте ребенка делать то, к чему он еще не готов;
- ✚ не следует постоянно поправлять ребенка, повторяя: «Не так», «Не делай это» и т.п.;
- ✚ не критикуйте ребенка в присутствии других;
- ✚ не устанавливайте для ребенка большого количества правил: он перестанет обращать на них внимание;
- ✚ не сравнивайте ребенка с другими детьми.

### *ПОМНИТЕ, ЕСЛИ:*

- ✚ ребенка окружают критикой, он привыкает осуждать;
- ✚ ребенка окружает враждебность, он привыкает воевать;
- ✚ ребенка окружают насмешки, он становится застенчивым;
- ✚ ребенок живет с чувством стыда, он приобретает комплекс вины;
- ✚ ребенок живет в атмосфере толерантности, он учится быть терпимым;
- ✚ ребенок живет в атмосфере поддержки, он учится быть уверенным в себе;
- ✚ ребенка хвалят, он учится ценить других;
- ✚ ребенок живет в атмосфере честности, он учится справедливости;

- ✚ребенок живет в атмосфере безопасности, он учится доверять другим;
- ✚ребенок живет в атмосфере одобрения, он учится любить себя;
- ✚ребенок живет в атмосфере доброжелательности, он учится находить любовь в целом мире.

#### *ВСЕГДА НУЖНО:*

- ✚радоваться вашему ребенку;
- ✚разговаривать с ребенком спокойным голосом, быть терпеливым;
- ✚читать ребенку, поощрять его заинтересованность и воображение;
- ✚заботиться о том, чтобы ребенок имел возможность получать новые впечатления, которые могли бы стать источником его историй, фантазий, мечты;
- ✚поддерживать его хобби;
- ✚посещать вместе с ребенком парки, музеи и т.д.;
- ✚сохранять чувство юмора.

#### *МЫСЛИ ВЕЛИКИХ О ВОСПИТАНИИ*

*Тот отец, кто воспитал, а не тот, кто родил.*

*Менандр*

*Что ты сам сделаешь для родителей своих, того же ожидай от детей.*

*Питтак*

*Любить – значит желать другому того. Что считаешь за благо. И желаешь при том не ради себя, но ради того, кого любишь. И стараться по возможности доставить ему это благо.*

*Аристотель*

*Образование не дает ростков в душе, если оно не проникает до значительной глубины.*

*Протагор*

*Уча других, мы учимся сами.*

*Сенека*

*Велик тот учитель, кто исполняет на деле, чему учит.*

*Катон Старший*

*Побороть дурные привычки легче сегодня, чем завтра.*

*Конфуций*

*Из рассудительности и скромности, смешанных с мужеством, может возникнуть третья добродетель – справедливость.*

*Платон*

*Ни один злой человек не бывает счастлив.*

*Ювенал*

*Помните. Что дети ваши будут обходиться с вами так же, как вы обходитесь со своими родителями.*

*Фалес*

*Всякое искусство. И искусство воспитания тоже, имеет целью восполнить то, что не достаёт от природы.*

*Аристотель*

*Кто учился наукам, но не применяет их, похож на того, кто пахал, но не сеял.*

*Саади*

*Нам кажется недостаточным оставить тело и душу детей в таком состоянии, в каком они даны природой, - мы заботимся об их воспитании и обучении, чтобы хорошее стало лучшим, а плохое изменилось и стало хорошим.*

*Лукиан*