



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования Иркутской области
«Институт развития образования Иркутской области»
ГАУ ДПО ИРО

Родители – главные воспитатели своих детей
(портфель методических рекомендаций в помощь молодым родителям)

Методическое пособие

г. Иркутск, 2019

УДК 370
ББК 74.04 К

Рецензенты:

Глазкова Т.В., к.п.н., руководитель центра дополнительного образования

Н.Ю. Яблонцева, О.Н. Бабитинская, Т.В. Гольцева, И.И. Копылова, О.Е. Бобкова, Е.А. Скутарь Родители – главные воспитатели своих детей (методические рекомендации в помощь молодым родителям) / авт.- сост. Н.Ю. Яблонцева, О.Н. Бабитинская, Т.В. Гольцева, И.И. Копылова, О.Е. Бобкова, Е.А. Скутарь. – Иркутск: Изд-во ГАУ ДПО ИРО, 2019. – 88 с.

В предлагаемом методическом пособии представлены рекомендации по вопросам воспитания и развития детей, которые наиболее часто задают родители. Задача педагогов дошкольного образования не наставлять и поучать родителей, а сформировать у них психолого-педагогические компетенции, которые позволят родителям стать главными воспитателями своих детей, то есть понимать, принимать и поддерживать их в различных ситуациях.

В пособии раскрывается роль семьи, ее влияние на развитие личности ребенка в период раннего и дошкольного детства.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1 часть. Роль семьи в развитии личности ребенка.....	5
2 часть. Советы педагога-психолога.....	9
2.1. Первый раз в детский сад	9
2.2. Ребенок с «моторчиком»	12
2.3. Ребенок ругается матом. Почему и что делать?.....	15
2.4. Истерика. Что с этим делать?	18
2.5. Как вырастить ребенка эмоционально устойчивого	24
2.6. Как не вырастить «маменькиного» сына	27
2.7. Искусство запрещать: как сказать ребенку «нет»	29
2.8. Вредные советы? (Как родителям незаметно для себя учат ребенка плохому)	33
2.9. Кризис 3-х лет!	34
2.10. Развод и дети	38
2.11. Серебряное время или как воспитать радость бытия	42
2.12. Чего нельзя говорить ребенку о бабушке	45
2.13. «Неудобные тем» для разговора с детьми	47
2.14. Что делать, если ребенок кусается	50
2.15. Ребенок в детском саду не ест – что делать?	53
2.16. Такие разные дети	57
2.17. Почему нам трудно говорить с детьми	60
3 часть. Что нужно знать родителям о речевом развитии ребенка (Советы учителя-логопеда и учителя-дефектолога)	63
3.1. Роль речи в раннем и дошкольном возрасте	63
3.2. Развитие понимания речи	64
3.3. Активизация речевого подражания	69
3.4. Развитие слухового внимания	75
3.5. Развитие мелкой моторики	77
3.6. Развитие артикуляционной моторики	79
3.7. Общие рекомендации родителям по организации общения с детьми, имеющими трудности в речевом развитии	81
Заключение	84
Список литературы	85

ВВЕДЕНИЕ

Когда в семье появляется ребенок, родители начинают понимать, какое это непростое дело – воспитание ребенка. Пока длится период ожидания появления нового члена семьи, будущие мама и папа рисуют себе идеальные картинки как они будут растить своего малыша самым умным, добрым и послушным, как они будут вместе проводить время и наслаждаться общением друг с другом.

И вот происходит долгожданное событие – появляется малыш и образ жизни семьи меняется кардинально. Родителям приходится пересматривать свои привычки, ритм жизни и испытывать неизведанные ранее переживания. И самое главное открытие, которое делают для себя родители – всё не так как мы ожидали. Ребенок не ведет себя так как они рисовали в своем воображении! Что с этим делать? Как относиться к его истерикам и капризам, проявлениям упрямства и непослушания? Наказывать или потакать, чтобы избежать конфликтов в семье? Когда приучать к самостоятельности и где найти время для того самого совместного общения? Помимо этих проблем нужно ответить на вопросы, которые напрямую не касаются ребенка, но оказывают значительное влияние на его воспитание. Это выстраивание взаимоотношений с другими родственниками, находящимися в окружении ребенка, особенно с бабушками и дедушками.

На молодых родителей наваливается груз ответственности и проблем, которые не позволяют в полной мере ощутить радость родительства и получить наслаждение от своей новой роли. Далеко не все родители имеют педагогическое образование, позволяющее понимать закономерности детского развития, правильно трактовать детское поведение и на него реагировать.

Некоторые родители начинают активно искать ответы на свои вопросы в самых разных источниках и запутываются в изобилии мнений и позиций авторов, которые предлагают самые разные подходы и взгляды на воспитание детей, порой взаимоисключающие друг друга. Другие – ждут, когда дети подрастут, чтобы вплотную заняться их воспитанием. И когда те подрастают с удивлением замечают, что дети их не слушают и не слышат. «Он совсем не такой какого я хотела» - родительские ожидания по отношению к ребенку не оправдываются. Тогда и возникают первые признаки нарушения детско-родительских отношений, которые со временем будут только нарастать, если не обращать на них внимания и к подростковому периоду между родителями и ребенком возникает пропасть отчуждения. И это в тот период, когда ребенку понимание его родителями необходимо как никогда.

Что же делать, чтобы родительство было ответственным и счастливым? Безгранично любить и ценить ребенка не как «носителя успеха», а как личность. Постепенно, шаг за шагом формировать свою педагогическую компетентность, приняв на себя роль главного воспитателя своего ребенка, как самого значимого взрослого для него.

В методическом пособии педагог-психолог, учитель-логопед и учитель-дефектолог с большим практическим опытом работы с детьми раннего и дошкольного возраста отвечают на самые популярные вопросы родителей.

Психолого-педагогическая поддержка родителей в вопросах воспитания и развития ребенка – один из многих факторов успешного и счастливого будущего наших детей.

1 часть. Роль семьи в развитии личности ребенка

Ребенок, рождаясь, включается в социальный мир, растет и развивается в нем. Этот мир представлен системой социальных институтов, одним из которых является семья. Она:

- обеспечивает взаимодействие ребенка с другими ее членами, и он ощущает, осознает свою принадлежность к конкретной группе людей, себя как ее элемента;

- транслирует ребенку нормы и ценности, принятые в обществе, представляет те, которые являются значимыми для нее и в ней самой;

- закладывает основы овладения ребенком социальными ролями, обеспечивает осознание их разнообразия в обществе, изменение социальной роли в зависимости от целей и задач, содержания, обстоятельств взаимодействия, учит эти роли выполнять.

Из всех функций семьи, которые на нее возлагает общество, государство, одной из важнейших является воспитательная. Она в свою очередь может быть дифференцирована на ряд частных:

- формирование у детей представлений о нормах и правилах поведения в окружающем мире;

- развитие морально-волевой сферы, нравственных качеств;

- воспитание основ чувства ответственности, долга и т.д.;

- развитие структуры мотивационной сферы развивающейся личности ребенка;

- воздействие эмоциональной атмосферой на эмоциональную сферу ребенка, его отношения к окружающим;

- передачу ценностных ориентаций, образцов поведения;

- обеспечение адекватности реакций ребенка на воздействия окружающего мира, людей;

- обеспечение психического состояния ребенка;

- обеспечение его физического и интеллектуального здоровья;

- воспитание характера, основ мировоззрения, нравственности.

Роль семьи в воспитании и развитии ребенка нельзя недооценивать. Благодаря особому эмоциональному микроклимату в семье у ребенка формируется отношение к себе, что определяет его чувство самооценки и собственного достоинства. Другая важная роль семейного воспитания – влияние на ценностные ориентации ребенка, его мировоззрение в целом, поведение в разных сферах общественной жизни. Известно также, что именно пример родителей, их личные качества во многом определяют результативность воспитательной функции семьи.

Влияние семьи на формирование жизненного самоопределения ребенка обусловлено целым рядом факторов:

- 1) *временным фактором* – ребенок проводит в семейной среде значительное количество времени, особенно первые годы жизни, наиболее важные для развития ребенка;

2) *фактором плотности общения* - ребенок получает возможность непрерывного взаимодействия с окружающими взрослыми, возможность непрерывно воспринимать и анализировать факты окружающей действительности в различных условиях;

3) *фактором эмоциональной насыщенности* – ребенок находится в условиях эмоционального поля, включен в эмоционально насыщенные отношения;

4) *фактором родительского отношения* - родители создают своего рода «детскую среду», необходимую и характерную для каждого ребенка;

5) *фактором возможности автономизации* – семейная среда предоставляет ребенку собственное, автономное от других пространство с возможностью индивидуализации его содержания (выбор видов деятельности), материально-вещного оформления (оснащение, оборудование, книги и т.д.) и организации (режим, организация времени, нормы, формы самоуправления и т.д.).

Семья представляет собой совокупность условий, обеспечивающих благоприятную или неблагоприятную среду для процесса развития личности ребенка. Для успешного становления, роста, развития индивидуальности ребенка в семье необходимо наличие целого ряда условий.

1) Создание достаточной свободы для проявлений активности ребенка.

Ребенок в семье обладает определенной степенью личностной свободы. Последовательное и логичное расширение границ самостоятельности ребенка представляется целесообразным и влияющим на общую адаптивность ребенка.

2) Развитие внутри особой знаково-символической среды (общение ребенка со взрослыми и сверстниками).

Становление сознания ребенка зависит от форм общения со взрослыми, от характера общения – диалогичность или монологичность, от образа мыслей окружающих взрослых и от того насколько они могут сделать этот образ мыслей «видимым» для ребенка, т.е. понятным ему. Именно взрослый в совместном анализе создает условия для осмысления и осознания ребенком себя человеком с определенными целями, намерениями, симпатиями и антипатиями, человеком, наделенным определенными способностями чувствовать, мыслить, понимать, выстраивать свою деятельность.

3) Эмоционально насыщенное и целенаправленное общение взрослых с ребенком.

Еще И.П. Павлов утверждал, что эмоция является для человека своеобразным и весьма сильным энергетическим источником. Умение взрослых находить верную и постоянную пропорцию для своих реакций на то или иное событие, тот или иной поступок ребенка способствуют формированию у ребенка твердых повседневных ориентиров в мире чувств.

4) Преимущество освоения знания с предыдущим опытом ребенка.

Знание вырастает из осознания ребенком определенных ситуаций своей деятельности. Семья, дающая ребенку право выращивать свои знания на основе своего опыта, понимания, тех понятий, которые у него к этому времени

сформировались, право выбора способа работы: индивидуального или коллективного, способствует формированию у ребенка способности осуществлять самостоятельный выбор и нести за него ответственность.

5) *Гармоничные взаимоотношения в семье.*

Исследования, проведенные Л.И. Божович, А.Н. Леонтьевым, А.В. Запорожец и др., позволили выделить два типа факторов, существующих в семье и оказывающих влияние на ребенка.

Первый тип составляет отношения родителей к детям, отношения между родителями, отношения между братьями и сестрами.

Ко *второму типу* можно отнести материальное положение семьи, жилищные условия, структуру семьи (полный или неполный ее состав). Факторы первого типа исследователи отнесли к доминирующим по сравнению со вторым.

Успешность семейного воспитания ребенка зависит от воспитательного потенциала семьи. Он представляет собой комплекс условий и средств, определяющих педагогические возможности семьи. Этот комплекс объединяет материальные и бытовые условия, основные периоды развития, численность и структуру семьи, развитость семейного коллектива и характер отношений между его членами, социально-демографические особенности семьи.

По результатам исследований Э. Арутюнянц, существуют три варианта семьи: традиционная (патриархальная), детоцентрическая и супружеская (демократическая).

В *традиционной семье* воспитывается уважение к авторитету старших, педагогическое воздействие осуществляется сверху вниз. Основным требованием является подчинение. Дети из таких семей легко усваивают традиционные нормы, но испытывают трудности в формировании собственных семей. Они неинициативны, негибки в общении, действуют исходя из представления о должном.

В *детоцентрической семье* главной задачей родителей считается обеспечение «счастья ребенка». Семья существует только для ребенка. Взаимодействие осуществляется, как правило, снизу вверх (от ребенка к родителям). В результате такого взаимодействия у ребенка формируется высокая самооценка, ощущение собственной значимости, но возрастает вероятность конфликта с социальным окружением за пределами семьи. Поэтому ребенок из такой семьи может оценивать мир как враждебный. Очень велик риск социальной дезадаптации ребенка при поступлении в дошкольное учреждение и школу.

Супружеская (демократическая) семья своей целью видит взаимное доверие, принятие и автономность членов. Воспитательное воздействие – «горизонтальное», диалог равных: родителей и ребенка. В семейной жизни всегда учитываются взаимные интересы, причем, чем старше ребенок, тем больше его интересы учитываются. Итогом воспитания в такой семье является усвоение ребенком демократических ценностей, гармонизация его представлений о правах и обязанностях, свободе и ответственности, развитии

активности, самостоятельности, доброжелательности, уверенности в себе и эмоциональная устойчивость. Вместе с тем у этих детей может отсутствовать навык подчинения социальным требованиям в среде, построенной по «вертикальному» принципу.

Подобные стереотипы также влияют на выполнение воспитательных функций семьей, на их качество и конечную продуктивность.

Именно семья обеспечивает участие ребенка (детей) в разных видах деятельности, задает образцы общения и стиль взаимоотношений, обеспечивает развитие его самосознания и образа Я, сознание своей самоценности, чувства защищенности и т.д.

П.Ф. Лесгафт, В.А. Сухомлинский и др. считали, что семья фатально влияет на ребенка по всем направлениям содержания его образа Я, так как в ней закладываются и развиваются самые глубокие основы здоровья физического, интеллектуального, социально-нравственного (духовного).

Семья, как утверждают исследователи, - «сила», способная помочь ребенку стать личностью, готовой строить взаимодействие в окружающей действительности, относиться определенным образом к людям и самой себе.

Таким образом, являясь социальным институтом, семья в первую очередь предоставляет возможность ребенку испытывать влияние окружающих на себя, обеспечивает первичную его социализацию и адаптацию к окружающему миру.

Часть 2. Советы педагога-психолога

2.1. Первый раз в детский сад (адаптация ребенка к детскому саду)

В свои двадцать один – двадцать девять – тридцать пять лет нам приходится снова возвращаться и переступать порог детского сада - на этот раз уже не как маленькие девочки и мальчики, а как взрослые люди под названием «мамы и папы». Но также, как и много лет назад, мы немного робеем перед воспитательницами и также плачем, расставаясь у дверей садика с самым дорогим на свете существом - своим ребенком. О том, как протекает период адаптации ребенка к детскому саду написано довольно много книг и статей. Но родители ребенка также подвергаются сильному стрессу в этот период.

Попробуем разобраться, нужно ли готовиться к поступлению в детский сад?

Итак, вы должны точно понимать, для чего вы отдаете ребенка в детский сад. Ведь как показывает практика, дети родителей, которые точно знают для чего они ведут ребенка в детский сад (это время выходить на работу, а альтернативы в виде ближайших родственников, чтобы сидеть с ребенком нет; это понимание роли сверстников в жизни ребенка и т.д.) гораздо легче и быстрее адаптируются к детскому саду. Если вы тверды в своем решении отдать ребенка в садик, лучше заранее поговорить с воспитателем группы.

Узнайте, к которому часу нужно привести малыша, допускаются ли опоздания, каков режим группы, чем детей кормят и какое расписание приемов пищи и сна. Заранее попытайтесь приблизить режим своего ребенка к режиму детского сада, постепенно измените его рацион так, чтобы он был более или менее похож на питание в детском саду.

Как смягчить адаптацию к детскому саду?

1. Перестать волноваться. Все будет хорошо. Поверьте, что воспитатели приложат все свои усилия для того, чтобы ваш ребенок быстрее адаптировался к новым условиям. Как правило, в период адаптации, воспитатели ежедневно отслеживают состояние и настроение ребенка, стараются отвлечь его от грустных мыслей и увлечь интересными играми и игрушками, поэтому если ребенку будет совсем тяжело, вам об этом сообщат.

2. Старайтесь не показывать свою тревогу при ребенке и обсуждать при нем возможные осложнения, а также воспитателей группы. Ведь ваше мнение является для ребенка самым главным, и если вы будете озвучивать свои разочарования от детского сада при ребенке, то, к сожалению, это никак не обеспечит ему легкой и быстрой адаптации, скорее - наоборот. Не стоит ударяться и в другую крайность, рисуя ребенку безоблачные и розовые картины его жизни в детском саду. Лучше всего занять позицию осознанной необходимости.

3. Очень важно соблюдать принцип постепенности. Приводите ребенка в первые дни на 1-2 часа, постепенно увеличивая время пребывания ребенка,

ориентируясь на его состояние. В этом Вам поможет воспитатель группы. Оставив сразу ребенка на целый день, вы можете подорвать психологическое здоровье ребенка и его отношение к вам. Ребенок может подумать, что вы его оставили и забыли в детском саду навсегда.

4. Обратить внимание на режим дня ребенка. Он должен быть перестроен таким образом, чтобы малыш легко просыпался за час до того времени, когда требуется выходить из дома в детский сад, а еда и дневной сон во времени совпадали дома и в саду.

5. Не нужно тревожиться, если вы, зайдя в группу услышали плач на разные голоса. Это может быть так называемый «плач за компанию», «по подражанию». Один ребенок заплакал, а другие просто «заразились» этим состоянием.

6. Случается так, что в первые дни ребенок идет в детский сад с удовольствием, а затем начинает отказываться от посещения. Не стоит волноваться заранее. Возможно ваш ребенок уже изучил новую обстановку и игрушки, а теперь понял, что «на эту работу» ему придется ходить каждый день, поэтому он начинает отказываться плачем, цеплянием за руки и ноги родителей, надеясь на то, что родители смягчатся и не поведут его в садик. В этом случае проявите твердость духа и поговорите с ребенком о том, что в группе есть много чего интересного, он научится играть в различные игры, петь песни, строить, а вам нужно идти по своим делам.

7. Расширяйте навыки общения ребенка со взрослыми и сверстниками. Приучайте ребенка сообщать взрослому о своих потребностях. Если ребенок совсем мал и плохо говорит, важно научить его выражать свои желания хотя бы жестами или коротким словом «дай», «нет», «да».

8. Работу воспитателя существенно облегчает знание привычек ребенка. Ведь если дочь или сын не умеет сам есть, то в детском саду отказывается от еды или ждет, чтобы его накормили. Если не знает, как мыть руки в новой обстановке, - плачет; не знает, где взять игрушку, — плачет; не привык спать без укачивания — плачет; привык, чтобы ему завязывали шарф спереди, а в садике ему завязали сзади, — плачет и т. д. Сообщите воспитателю о привычках и умениях ребенка, при этом учите ребенка проявлять самостоятельность при одевании, умывании, приеме пищи.

9. Мамино сердце (в некоторых случаях бывает и так, что это сердце – папино) разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Особенно когда этот плач сопровождает ее каждое утро в течение нескольких недель и весь день звучит в памяти. Через это надо пройти, если вам действительно нужен садик, а иначе не стоит и начинать! Уходя - уходите. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь, подглядывая в окно. Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

10. Если ребенок очень тяжело переживает разлуку с матерью, то желательно, чтобы первые несколько недель ребенка отводил отец, бабушка или дедушка.

11. Так как дети в этом возрасте плохо ориентируются во времени, говорите ребенку о том, что вы обязательно его заберете, когда он поспит, или погуляет на улице после сна. Так ему будет проще ориентироваться.

12. Приклейте фото ребенка на обратную сторону дверцы кабинки. В первое время это поможет воспитателям группы и самому ребенку быстрее запомнить месторасположения кабинки.

10. Промаркируйте одежду ребенка, так ребенку и воспитателям будет проще ее определять.

11. Положите в кабинку ребенка несколько пар запасного нижнего белья (плавочки и маечки, носочки), а также одежду для группы. Ведь в первое время может случиться неприятность в виде мокрого белья у всех, даже тех, кто приучен ходить на горшок.

Пройдет немного времени и, возможно, вам покажется, что поведение малыша поменялось. Он стал более капризным. По вечерам вас могут ждать неожиданные истерики по поводу и без повода, скандалы, сопровождающиеся криком, плачем, швырянием предметов и т. д. Некоторые родители могут прийти в настоящий ужас при виде такой резкой перемены и обвинить в ней детский сад.

Причин же может быть несколько. Во-первых, действительно, адаптация к садику - большой стресс для малыша, его нервы напряжены, и им требуется разрядка. Кроме того, в окружении посторонних людей ребенок часто старается сдерживать негативные эмоции, так что выплескиваются они только вечером на близких и дорогих людей, головы родителей.

Еще одной причиной «плохого» поведения малыша может быть... его возраст. Все слышаны о знаменитом «кризисе трехлетнего возраста». Садик может ускорить взросление ребенка, и этот самый кризис упадет вам на голову без предупреждения вместе с проблемами адаптации.

Как справиться с таким состоянием? Будьте оптимистичны сами и заражайте этим оптимизмом окружающих. Не показывайте ребенку своей тревоги. Поделитесь переживаниями с мужем, своими или его родителями, подругами и коллегами по работе. Вы услышите много утешительных и интересных историй про то, как дети привыкали к садику и потом не хотели оттуда уходить. Вы с удивлением обнаружите, что по происшествии нескольких лет родители вообще с трудом вспоминают о трудностях первых дней посещения их детей детского сада. Если вы сами посещали садик, вспомните свое детство - многие взрослые помнят только последние пару лет перед школой, и их воспоминания включают только игры и утренники. Боль расставания с родителями обычно в памяти не сохраняется. Если вы помните какие-то отрицательные моменты, связанные с собственным опытом посещения детского сада, подумайте, как вы можете помочь своему ребенку с ними справиться, чего вы ожидали от своих родителей, когда были ребенком.

Вы быстро заметите и положительное влияние садика на развитие ребенка. Он станет более самостоятельным, научится многим вещам: есть, одеваться и обуваться самостоятельно, сам скатываться с горки и забираться на стульчик.

Он принесет из садика новые слова, песни, игры, новые выражения лица и жесты. Не грустите, когда-то это должно было произойти, ваш птенец понемногу расправляет крылышки и пробует вылететь из теплого и мягкого маминого гнездышка. Дайте ему дорогу!

2.2. Ребенок с «моторчиком» (Гиперактивный ребенок)

Очень часто бывает так, что родители жалуются на то, что их ребенок неусидчив, не слушается, ни секунды не сидит на месте, ему очень трудно хоть сколько-то посидеть спокойно и заниматься делом. Может ли это быть просто особенностью характера ребенка, невоспитанностью или это патологическое состояние, которое требует коррекции? Часто у таких детей невролог в результате диагностики определяют наличие *синдрома дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ)*.

СДВГ – стойкое поведенческое расстройство с дебютом в детском возрасте, проявляющееся импульсивностью, трудной управляемостью, снижением концентрации внимания и рядом других симптомов. Распространенность заболевания – 4-5% среди детей. Мальчики страдают СДВГ примерно в 6 раз чаще девочек.

В зависимости от доминирующих признаков гиперактивности выделяют три типа заболевания:

1. Синдром гиперактивности без дефицита внимания
2. Синдром дефицита внимания без гиперактивности
3. Синдром гиперактивности, сочетающийся с дефицитом внимания – этот тип заболевания встречается наиболее часто.

Как правило, после трех лет многих детей отдают в садик, где за ними наблюдают другие люди, и они часто и говорят родителям о том, что их ребенок неусидчив, невнимателен, не слушается воспитателей, его невозможно уложить спать. Зачастую родители принимают подобную информацию настороженно, с недоверием, пытаются оправдать подобное поведение характером ребенка или наследственностью. Некоторые родители переводят проблему в сферу профессиональной компетентности воспитателя, а точнее не умением педагога подобрать к ребенку подход.

Критерии выявления гиперактивности по П. Бейкеру и М. Алворду

<i>Дефицит активного внимания</i>	
1.	Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание
2.	Не слушает, когда к нему обращаются
3.	С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его
4.	Испытывает трудности в организации
5.	Часто теряет вещи

6.	Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий
7.	Часто бывает забывчив
<i>Двигательная расторможенность</i>	
1.	Постоянно ерзает
2.	Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегают, забирается куда-то)
3.	Спит намного меньше, чем другие дети, даже в младенчестве
4.	Очень говорлив
<i>Импульсивность</i>	
1.	Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2.	Не способен дождаться своей очереди часто вмешивается, прерывает
3.	Плохо сосредоточивает внимание
4.	Не может дождаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза)
5.	Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабоуправляемо правилами.
6.	При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен, на других – нет, на одних уроках он успешен, на других – нет.)

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы 6 из перечисленных признаков в течение 6 месяцев, можно предположить наличие гиперактивности. В таком случае необходимо обратиться к специалисту - невропатологу.

Хотя данная информация, идущая от педагогов детского сада, может быть первым звоночком для родителей, чтобы они обратились к специалисту. И если специалист- невролог действительно заподозрит СДВГ, то чем раньше начать лечение гиперактивности, тем меньшими последствиями можно обойтись.

В дошкольном возрасте идет интенсивное развитие памяти и внимания, у детей с СДВГ оно идет медленней. Так как у ребенка с СДВГ нервная система не справляется с увеличением требований, физических, психических нагрузок, то ухудшение может наблюдаться у детей дошкольного возраста (в возрасте 5-5,5 лет). В это время в детском саду у детей начинаются подготовительные занятия, которые требуют концентрации внимания, способности некоторое время сидеть на одном месте и слушать взрослого. Хотя интеллектуальное развитие ребенка может соответствовать возрастным показателям. Развитие таких детей страдает, это может проявляться в заниженной самооценке, неуравновешенностью, вспыльчивостью. Такие дети могут жаловаться на головные боли, у них могут быть нервные тики, у них чаще появляются фобии (страхи). У некоторых диагностируется энурез. Они с трудом находят общий язык со сверстниками, такие дети склонны к конфликтам, не способны оценивать последствия своих поступков, они очень импульсивны, часто —

агрессивны, что при отсутствии диагностики и лечения впоследствии может привести к асоциальному поведению.

Что делать родителям гиперактивных детей

1. При подозрении у ребенка СДВГ родителям необходимо обратиться к врачу неврологу для консультации и обследования. Часто под маской СДВГ может прятаться другое серьезное заболевание. Дифференцировку диагноза проводит только врач.

2. Соблюдайте правильный режим дня. Гиперактивный ребенок должен соблюдать режим дня. Он должен вставать, играть, принимать пищу, делать уроки и ложиться спать каждый день в одно и то же время.

3. Дети с СДВГ имеют очень высокий порог к отрицательным эмоциям, поэтому они невосприимчивы к запретам, наказаниям, но при этом очень легко откликаются на позитивные эмоции, их гораздо эффективнее хвалить за хорошие поступки, чем ругать за плохие. С таким ребенком надо свести к минимуму запреты и отказ. Конечно, не нужно выходить за рамки разумного. Запрещаться должно только то, что может быть опасно или вредно для ребенка.

4. В комнате, где находится ребенок, не должен постоянно работать телевизор.

5. Не забывайте хвалить ребенка. Часто у детей и подростков с диагнозом гипердинамический синдром бывает заниженная самооценка из-за постоянных замечаний и проблем со сверстниками, поэтому родители должны всячески их поддерживать и акцентировать внимание на их положительных качествах и поступках.

6. Создайте ребенку дополнительную физическую нагрузку. Детям с СДВГ нельзя заниматься спортивными играми с соревновательным элементом, так как они могут усилить проявления заболевания. Также не рекомендуются игры с показательными выступлениями и со статическими нагрузками. Полезными же окажутся легкие аэробные тренировки, например, плавание, лыжный спорт, езда на велосипеде. Полезны занятия ритмикой, хореографией, лыжами, теннисом, верховой ездой.

7. Гиперактивному ребенку невозможно быть одновременно внимательным, неимпульсивным и спокойным. Когда будут достигнуты устойчивые положительные результаты по развитию одной функции, можно переходить к развитию одновременно двух функций, а затем и трех. Например, развивая произвольное распределение внимания, необходимо снизить нагрузку на самоконтроль импульсивности и не ограничивать двигательную активность. Снижая импульсивность, не стоит работать над концентрацией внимания и ограничивать подвижность. Развивая усидчивость, можно допустить импульсивность и рассеянное внимание.

8. Снятие импульсивности и гиперактивности - упражнения с песком, водой и глиной; контрастный душ, обливания.

9. Развитие устойчивости внимания: длительная сортировка и нанизывание бусинок; развитие способности к произвольному

переключению внимания - чтение алфавита, перемежающегося со счетом; прослеживание взглядом линии от начала до конца, когда она переплетается с другими линиями.

Главное, что вы должны понять – непослушание и чрезмерная активность вашего ребенка не вызваны желанием сделать вам «назло». То, что он плохо себя ведет, не значит, что он плохой ребенок, а вы плохой воспитатель. Поэтому не принимайте жестких дисциплинарных мер, а как можно быстрее обратитесь к врачу за консультацией. Если родители оперативно принимают меры, гиперактивность у их ребенка, как правило, проходит, не оставляя последствий.

2.3. Ребенок ругается матом! Почему и что делать?!

Иногда в группах детей дошкольного возраста можно услышать матерные слова, которые активно употребляют 1-2 ребенка. Может случиться и так, что через какое –то время некоторые родители впадают в «культурный шок» от того, что их чадо дома начинает использовать «плохие словечки» в своей речи. В этом случае, родители сразу идут к воспитателю группы с жалобой и недовольством: «Почему мой ребенок стал ругаться матом?»

Попробуем разобраться в такой ситуации. Мат бывает аффективным (когда человек выражает недовольство) и паразитическим (чтобы связывать слова). Паразитический мат — это нелепая попытка увеличить словарный запас. Легко заметить, как бедна речь некоторых, если исключить из неё бранные слова.

Где дети берут «бранные слова»? Родители частенько грешат тем, что сами того не замечая, используют время от времени в речи бранные слова. А потом мы поражаемся: где ребенок нахватался ужасных словечек? Дело в том, что в нашем подсознании заложен природный запрет на инцест — а каждое матерное слово, произносимое родителями, пробивает этот запрет, что крайне негативно сказывается на неокрепшей психике ребенка.

Именно поэтому взрослые должны следить за соблюдением чистоты языка в семье — дети не должны слышать мат от родителей. А в том случае, если материться начал ребенок, мать (именно она!) должна объяснить ему, что такие слова произносить нельзя!

Нужно думать заранее, когда собираетесь выразить своё недовольство, какие слова при этом будете употреблять, чтобы не «обогащать» лексикон ребенка бранным словом.

Нередко причина появления мата в речи детей исходит от равнодушия родителей. Родители часто заняты собственными делами, а ребёнку так хочется внимания. А не обратить ли на себя внимание с помощью смачного словца? Не важно, что родители будут кричать и вздыхать, и даже пытаться наказать ребёнка, услышав из его уст нечто неприличное. Цель достигнута, внимание привлечено. Если ребёнок поймёт, что он таким образом может манипулировать взрослыми, нехорошие слова будут появляться в его речи

снова и снова. Часто ребёнок даже не понимает смысл того, что говорит: главное — реакция родителей.

Особенности употребления детьми нецензурных слов:

<i>От двух до пяти лет</i>	<i>От пяти до семи лет</i>	<i>От восьми до двенадцати лет</i>	<i>От двенадцати до четырнадцати лет</i>
Младшие дошкольники используют мат бессознательно, потому что подражание, в том числе и речевое, характерно для этого возрастного периода.	В этом возрасте актуально быть маленьким бунтарём. Дети употребляют бранные слова потому, что протестуют против того, какое поведение требуют от них родители. Они прекрасно понимают, что так делать — плохо.	Младшие и средние школьники хорошо знают, где ругаться можно, а где — нельзя. Эти дети используют мат с целью самоутверждения и желания выглядеть старше. Они перенимают манеру поведения учеников старших классов, пытаются приобщиться к взрослому миру. Многих взрослых шокирует такая манера поведения, однако школьники считают, что так можно добиться уважения.	Подростки предпочитают не нормативно выражаться с целью выхода своих эмоций. Ещё в давние времена считали, что матерные слова — защита, а не оскорбление. Тинейджеры тоже ругаются матом с целью защиты. Они чувствуют, что таким образом они могут отгородиться от жестокости внешнего мира. За бранью они скрывают свою беспомощность и хотят казаться опытнее и недоступнее.

Часто дети приносят «бранные слова» из детского сообщества, будь то детский сад или школа. Ведь всегда найдется сверстник, который будет образцом для подражания вашему ребенку в поведении или действиях.

Какие ошибки не нужно совершать.

- Обвинять воспитателей группы. Поверьте, что воспитатель точно не ставит перед собой задачу обогатить словарный запас вашего ребенка подобными словами. С другой стороны, воспитатель не может оградить вашего ребенка от общения с теми или с тем ребенком, который употребляет бранные слова. В такой ситуации, как правило, воспитатель проводит беседы с

родителями «ругающихся» детей, обучает детей выражать свои эмоции приемлемыми способами, например – ругаться овощами.

- Быть непоследовательным. Если вы говорите: «Матом ругаться ни в коем случае нельзя», то это требование должно относиться ко ВСЕМ членам семьи. В противном случае, придётся искать убедительные доводы, почему ругаться кому-то можно, а ребёнку нельзя.

- Вызывать чувство стыда. Не стоит стыдить ребёнка, а уж на людях – тем более.

- Обобщать. Если хотите отругать ребёнка за жаргонные слова – ругайте только за это, а не обобщайте, что ребёнок совсем испортился. То, что малыш сказал нехорошее слово, не делает его монстром.

- Запрещать без объяснений. Нельзя запрещать что-то, не объясняя, почему. Такие запреты породят только негативную реакцию в ответ и не приведут к позитивному решению проблемы. Нельзя просто так запретить ребёнку материться. Только запрет эффективным в перевоспитании не будет. Даже если маленький поклонник безобразий согласится с запретом, что это будет для видимости. Ребёнок будет пытаться делать то, что ему хочется, в ваше отсутствие. «А знаете ли вы, что запрет — не лучший способ воспитания? Этот метод побуждает противостоять ребёнка запрещающей стороне и поступать вопреки запрету».

Если вы заметили, что ваше чадо время от времени вводит в речь жаргонные или матерные слова, то можете воспользоваться следующими рекомендациями и советами:

1. Установите дома правила поведения, выполнять которые нужно беспрекословно и взрослым, и детям. Пусть важными пунктами в них будет отсутствие бранных слов и агрессии. Старайтесь, чтобы нецензурные и грубые слова совсем не были слышны от ближайшего окружения вашего ребёнка с момента рождения. Если родители в повседневной жизни сами используют бранные и обидные слова и выражения, то они могут даже не надеяться, что ребёнок ни разу не повторит их. В такой ситуации возникнет противоречие: им, значит, можно, а мне — нет. Ребёнок обозлится, затаит обиду, а родителям придётся с ещё одной проблемой — поиском взаимопонимания. Если по-настоящему бороться с «крепкими» выражениями, то всей семьёй. Какими средствами — пусть каждая семья решает по-своему. В одних семьях будет эффективной система штрафов, в других — утверждение правил поведения дома, в-третьих — собственный хороший пример.

2. Если вдруг ругательное слово малыш всё-таки произнёс, то в первый раз сделайте вид, что не заметили этого. Понаблюдайте, как отреагирует на это сам ребёнок. Если малыш понимает, что он произнёс, то, не дождавшись от вас должной реакции, он будет повторять его снова и снова. А может быть, он решит, что это самое обычное слово и его смысл не несёт ничего крамольного. В обоих вариантах, если не отреагируете остро на первый случай, то нехорошее слово скоро «отцепится» от ребёнка. В случае если ребёнок произнёс матерное слово на людях, сохраняйте спокойствие. Да, сдержаться трудно, ведь вам

стыдно, что вы что-то пропустили в воспитании и окружающие увидели его результат. Лучше сделать вид, что катастрофа не произошла, а этот случай — большая редкость. Скажите: «Бывает» и поменяйте тему беседы. А уже позже можно спокойно поговорить с ребёнком на предмет происшедшего. Бывает так, что ребёнок может сам попросить объяснить ему, что значит то или иное слово. Поясните, что это слово — ругательного, оскорбительного характера, именно поэтому говорить его не стоит.

3. Если ребёнок матерится, когда обижен, у него что-то не получается, то нужно научить его адекватно выражать эмоции: без нецензурных слов. Если вы узнали, что вашего ребёнка научили материться его друзья, воздержитесь от ругательств — это только навредит. Лучше доступно объяснить ребёнку, что нецензурно выражаться — недостойно для культурной личности. Услышав бранное слово из уст вашего ребёнка, просто и кратко объясните ему, что так говорить неприлично.

Что делать в случае, когда ваши уговоры на ребёнка не действуют и ребенок матерится в обществе? Предупредите ребёнка, что если он не научится себя контролировать, то вы его не будете брать в общественные места (на улицу, в гости, в кино, в магазин, в развлекательный центр). Один раз сами куда-то отправьтесь без него. Если ребёнок понимает, что делает, и не прекращает ругаться при этом, можно на людях относиться к нему как младенцу, который ничего не понимает. Школьников обычно это задевает. Можно игнорировать ребёнка, когда он развязно себя ведёт и при этом выражается, и возвращаться к нормальному общению, когда он говорит без грубых слов.

Следите за своей речью, никогда не материтесь в присутствии детей. Помните, что именно вы формируете личность ребёнка, его привычки и образ жизни. Можно думать, что ребёнок ещё слишком мал и ничего не понимает. Однако слыша часто жаргонные слова, кроха обязательно их запомнит. Услышав мат от школьника, спокойно и чётко скажите ему, что это вовсе не круто. Докажите ему, что модно быть умным и образованным. Создайте почву для культурного развития ребёнка. Читайте хорошие книги, ходите в театры и на выставки. Предлагайте ребёнку всё время заниматься чем-то увлекательным (спортом или творчеством). Поддерживайте в тех моментах, когда ребёнку что-то становится интересным. Помните - что культура поведения ребенка зависит от вашей культуры!

Поверьте, один из предложенных способов обязательно вам подойдёт, и вы всё-таки отучите ребёнка материться, хотя это и потребует последовательности, большого терпения и педагогического такта!

2.4. Истерика. Что с этим делать?

Малыши не всегда радуют нас примерным поведением. Виктория Филинова – детский и семейный психолог сети частных детских садов

«Интересный Детский сад» – ответила на самые распространенные вопросы мам.

1. У ребенка случилась истерика в общественном месте

Мы говорим о событии, которое уже случилась, – истерика началась. Это своего рода экстренная ситуация, и действовать в ней необходимо соответственно (как МЧС) – быстро и четко.

Что нужно делать: взять ребенка за руку или на руки, невзирая на его бурные протесты, и максимально быстро ретироваться с места, где случилась истерика. Если это возможно, как можно быстрее отправляйтесь на свою территорию – домой или в машину. Если такой возможности нет, ищите максимально безлюдное место, где не будет лишних зрителей происходящего. Следующие ваши действия: умыть холодной водой, напоить, покачать, пошептать «ч-ч-ч-ч» ... И вот уже отчаянный крик переходит во всхлипывания, затем – во вздохи, а чуть позже малыш может даже уснуть, утомившись от собственных сильных эмоций.

Что не нужно делать: если истерика уже началась, бесполезно увещевать ребенка, пытаться объяснить ему, что слезами он ничего не добьется, что сейчас нет денег на покупку понравившейся игрушки или нельзя покупать мороженое, если у тебя еще не прошел насморк. Ребенок уже находится в аффекте. Вспомните себя в подобном состоянии – разве спокойные рациональные доводы могут успокоить уже разбушевавшегося человека?

Часто на форумах мамочек можно встретить такой совет отчаявшимся родителям: «Разворачивайтесь и уходите от плачущего ребенка. Спрячьтесь, чтобы он вас не видел и ждите. Скоро истерика сама прекратится, и малыш пойдет вас искать». Я бы не рекомендовала прислушиваться к этому совету. Оставляя кроху в одиночестве, вы предоставляете ему возможность самому справляться с сильнейшим негативным эмоциональным состоянием, чего он в силу своего маленького возраста просто не умеет делать.

Ваша задача, во-первых, показать ему, что ваша любовь, столь необходимая для нормального развития малыша, постоянна и не исчезает. Даже если он сейчас «плохой», вы все равно рядом в эти печальные минуты, преодолевая их совместно. Во-вторых, помогая пережить истерику, вы учите ребенка справляться с сильными переживаниями – сначала за него это делаете вы, позже будете делать это вместе, а с возрастом ребенок научится делать это самостоятельно, эффективно проходя различные жизненные трудности, не впадая в депрессию или другие саморазрушительные действия.

О чем стоит подумать после: проанализируйте, что стало причиной произошедшей истерики. Дети быстро утомляются от новых ощущений, которые дарят общественные места. Кроме того, они очень зависимы от своей физиологии: жарко, хочется пить, есть или спать – и вот уже чувство сильного дискомфорта выливается в неуправляемое поведение. Если в обычной жизни при соблюдении режима дня вы не встречаетесь с истеричным поведением малыша, возможно, на сегодняшний момент вы еще просто не доросли до длительных прогулок в общественных местах.

Другое дело, если истерика имеет манипулятивный смысл, и цель ее – достичь желаемого результата: «Я буду громко кричать, валяться на полу, махать руками и ногами, и мама обязательно согласится купить мне новую машину!»

Такие капризы очень часто являются следствием неправильного поведения родителей. Если ребенку все разрешают, выполняют все его требования, «только бы он не расстроился», то последствия такого воспитания – обычная капризность, избалованность и вседозволенность в любых ситуациях, ведь проще уступить желанию малыша, лишь бы он замолчал. Это, конечно, вынужденный, но опасный путь. Он ведет к тому, что реакции детей закрепляются, и в следующий раз повторится нечто подобное, только с еще большей силой.

И что же делать? Если вы отправляетесь в общественное место, попробуйте заранее договориться с малышом, какую игрушку ему можно будет выбрать для себя. Также заранее предупредите ребенка, что, если он начнет себя плохо вести (кричать, плакать, требовать купить и прочее), вы немедленно уйдете домой вообще без всяких покупок. И обязательно сделайте это, если случится истерика.

А вот в случае, если малыш будет вести себя хорошо и по заранее установленным правилам, обязательно похвалите, отметив его старание и достойное поведение!

2. Ребенок не реагирует на просьбы и запреты, не понимает слова «нельзя»

Для того чтобы ваши просьбы, запреты или слово «нельзя» воспринимались ребенком всерьез, важно всегда придерживаться следующих правил.

– Важно различать просьбу и указание. Просьба не носит директивный характер, то есть не обязательна к исполнению. Начинается просьба, например, словами: «Ты не мог бы? А давай мы...» В отличие от указания, которое четко формулирует требуемое действие: «Пожалуйста, принеси; подойди ко мне; слезь с забора».

– Указаний в течение дня должно быть совсем немного. Они должны касаться очень важных для вас вещей, например, вопросов безопасности ребенка, режима его дня и гигиены, соблюдения прав других членов семьи.

– Прежде чем произнести указание, убедитесь, что ребенок вас хорошо слышит. Лучше всего установить контакт глаз. Бессмысленно просить малыша что-то сделать, если он смотрит мультики или увлечен игрой. Часто родители жалуются, что временами ребенок становится словно глухим. Ему можно десять раз повторить одно и то же, а затем начать кричать, и вот только тогда он сделает то, о чем его просят. Профилактикой такой «избирательной глухоты» является как раз убежденность взрослого, что малыш его слушает. Поэтому если вы намерены излечить ребенка от этой «болезни», потратьте свое

время на то, чтобы дойти до малыша, опуститься на уровень его глаз, взять за руку и, объяснив причину своей просьбы, озвучить ее.

– Заранее – минут за пять – предупредите ребенка о ваших дальнейших планах. «Ты можешь поиграть еще 5 минут, а потом мы будем собирать игрушки и пойдем есть». «Это последний мультик. Потом я выключаю телевизор, и мы идем собираться гулять». Маленькие дети еще не ориентируются по часам, а вот песочные часы наглядно продемонстрируют течение времени.

– Формулировать указание, после которого вы ожидаете послушания, нужно спокойным тоном (не умолять, но и не грозить). Само указание должно звучать максимально просто и доходчиво. Например, фраза «Уберись тут!» для трехлетнего ребенка – очень сложная задача, требующая большого количества действий. Правильно будет сказать: «Сложи эти мячи в коробку, а кукол поставь на полку».

– Научитесь перед указанием всегда озвучивать его причину. «Сейчас время обеда. Мы будем садиться есть. Пожалуйста, иди мыть руки».

– По возможности предлагайте альтернативу: «Сейчас будем обедать. Что тебе положить – котлетку или курочку?», «Куда ты хочешь сложить колготки – на полку или в коробку?»

– Обязательно похвалите ребенка, если он вас послушался. Ведь это действительно здорово, если без лишних споров и ссор можно быстро выйти на улицу к друзьям или, быстро почистив зубы, залечь вместе в кровать и почитать любимую книжку!

3. Мне кажется, ребенок капризничает мне назло

Цели детских капризов:

1. Привлечь родительское внимание.

2. Вызвать родительскую жалость.

3. Добиться желаемого (путем криков и слез, чтобы вам это надоело, и вы согласились на все его условия).

Таким образом, если капризы повторяются раз за разом, скорее всего, ребенку очень нужно ваше индивидуальное внимание. Ему хочется, чтобы он был для вас центром Вселенной. Проанализируйте ваш день: получается ли у вас отложить свои гаджеты и заняться вместе с ребенком тем, что интересно именно ему?

Если мама сама не приходит поиграть или заняться вместе чем-нибудь интересненьким, а выходя на прогулку с малышом, все время общается с другими мамочками, самый простой способ получить ее внимание – это капризы. На плач или истерику уж точно любая мама обратит внимание.

4. Вот еще несколько важных правил борьбы с истериками.

Игнорирование. Причем игнорировать ребенка и игнорировать истерику – это разные вещи. Игнорируя его поведенческую реакцию, а не его самого, вы помогаете малышу бороться с негативным поведением, не лишая его при этом уверенности в вашей любви и чувства защищенности.

Вы можете все так же вести с ним беседу, просить, что-то сделать, продолжать заниматься своим делом. Главное, делать это так, как будто ничего не происходит. Ребенок не должен получить на свою истерику ваш эмоциональный отклик. То есть вы не сюсюкаете с ним и не говорите раздраженно, не повышаете голос. Только в этом случае можно сказать, что вы игнорируете истерику.

2. Одновременно можно учить малыша выражать свои чувства словами, а не капризами. Для этого есть несколько способов – родители сами должны говорить о своих чувствах в присутствии ребенка. Объясняйте малышу простыми словами причины своих поступков и свои чувства. Кроме того, помогайте ребенку подбирать слова для описания своих переживаний. Например, «Я вижу, что ты ужасно разозлился. Ты хотел взять машину этого мальчика, а он ее не дает!»

Уже трехлетний ребенок, приученный прислушиваться к себе и не встречающий возражений в описании своих чувств, вполне может сказать: «Я сейчас злой. Я сейчас страшно злой! Меня заяц разозлил. Я хотел покатать его в машине, а он все время падает! Вы от меня сейчас все отойдите, я буду сам злиться. А потом приду, и вы меня пожалеете».

5. *Почему в садике ребенок «шелковый», а дома закатывает истерики?*

Чаще всего с таким вопросом обращаются родители детей, которые не так давно ходят в детский сад. Ребенок еще не совсем привык к правилам и нормам поведения в детском саду, его нервная система не до конца адаптировалась к особенностям жизни в детском коллективе.

Вот и получается, что целый день малыш старается слушаться старших, вести себя хорошо, заниматься и играть, контролируя свое поведение. Приходя домой, он оказывается в родных стенах, где можно расслабиться и перестать себя так сильно контролировать. Пока нервная система ребенка не адаптируется в полной мере к нагрузке детского сада, малыш будет демонстрировать разное поведение в саду и дома.

Понимая особенности адаптационного периода, родителям важно набраться терпения. Не ругайте и не наказывайте ребенка вечером за излишнюю эмоциональность и активность. Если позволяет погода, погуляйте подольше. На прогулке обсудите с малышом, чем бы ему хотелось заняться перед сном? Если ребенок четко представляет план дальнейших действий, ему просто незачем будет шалить. Если вы чувствуете, что малышу необходимо выпустить пар, организуйте активную игру по правилам. Объясните, что сейчас пришло время побеситься, но делать это можно только в определенном месте и с конкретными предметами, например, подушками. А перед сном придумайте ритуал, который поможет расслабиться – это может быть теплая ванна, стакан молока и сказка на ночь.

Есть еще одна причина того, что в саду ребенок послушный и спокойный, а дома безобразничает и закатывает истерики. В дошкольных учреждениях, как

правило, работают квалифицированные педагоги и профессиональные воспитатели. Их задача – приучать малышей к дисциплине, без которой невозможно управлять детским коллективом. Они учат детей, как нужно себя вести, что и как надо делать. Даже если в группе работают два воспитателя, они всегда предъявляют одинаковые требования к своим воспитанникам, поэтому дети быстро усваивают правила «Да, можно» и «Нет, нельзя».

Если ваш стиль воспитания построен на мягкости, вы боитесь обидеть, сюсюкаетесь, часто нарушаете собственные правила, а то, что вчера еще было «нельзя», сегодня уже «можно», потому что у вас такое настроение или вы устали, – сложно ожидать от ребенка шелкового поведения в домашних условиях. Не сомневайтесь, дети быстро понимают: нет смысла капризничать и не слушаться там, где этими методами ничего не добьешься. А вот там, где стоит закатить истерику и все пожелания в миг исполнятся, такое поведение и будет чаще всего проявляться.

б. Как наказать ребенка, если он провинился?

Давайте сразу договоримся, что регулярное применение физических наказаний в отношении ребенка – это недопустимое слабовольное поведение взрослого, который плохо умеет контролировать свои эмоции. Ожидать в таком случае от малыша спокойного послушного поведения совершенно не приходится. Ему просто не у кого научиться уравновешенности и самоконтролю.

Однако если вы, не применяя физические наказания в повседневной жизни, все же в эмоциональном порыве шлепните ребенка в критический момент, для него это будет сигналом, что в этот раз он перешагнул все дозволенные границы.

В любом случае, если вы чувствуете, что напрасно рассердились и наказали сгоряча, обязательно найдите возможность извиниться, даже перед самым маленьким ребенком. Объясните, почему так поступили, и дайте понять, что сейчас больше не сердитесь.

Перед тем как решать, какие из поступков ребенка вы будете наказывать, обсудите их, а также планируемые наказания на семейном совете. Важно, чтобы все члены семьи придерживались единой тактики. Если мама кричит, папа ставит в угол, а бабушка лишь улыбается в ответ на детскую шалость, то плодов такая тактика не принесет, а лишь вынудит ребенка вести себя по-разному с каждым членом семьи, заранее предвидя реакцию каждого.

Помните, что одним из самых эффективных и не обидных наказаний является «наказание естественными последствиями». Малыш в попытках исследовать мир набезобразничал. Ну что ж, теперь пусть сам в меру своих возможностей исправит содеянное или на практике убедится в печальных последствиях своего поступка. Даже самых маленьких детей можно приобщать к отмыванию стен или пола от краски, склеиванию порванных страниц книги.

Если вы предупреждали, что в туфельках нельзя ходить по луже, потому что они промокнули, но ребенок не стал вас слушать и все же намочил ноги, – отправляйтесь домой, по дороге объясняя малышу, что с мокрыми ногами на

улице можно заболеть. Он решил не послушаться, поэтому прогулка на сегодня закончена.

Можно заранее договориться с ребенком, какие виды его поведения повлекут за собой наказание. Речь идет о домашних правилах, которые нельзя нарушать. В каждой семье их набор индивидуален. Например, нельзя залезать на подоконник, нельзя обижать кота, прыгать на кровати, брать папины бумаги.

Ребенка следует заранее предупредить, что именно категорически нельзя делать в вашей семье и почему. Также следует сразу объяснить, какое будет наказание. Например, это может быть лишение вечерних мультиков, десерта или моментальный тайм-аут на стульчике вне досягаемости любых игрушек. Конечно, тут очень важна ваша решимость доводить до конца любой случай нарушения домашних правил, вне зависимости от вашего сегодняшнего настроения.

2.5. Как вырастить ребенка эмоционально устойчивым?

Все родители мечтают, чтобы их дети не устраивали истерик по любому поводу, не капризничали, росли жизнерадостными и позитивными. Но как этого добиться?

Физическим и интеллектуальным развитием ребенка мы занимаемся буквально с пеленок, а вот эмоциональная сторона, как правило, обесценивается, «остается за кадром». На самые важные вопросы о развитии эмоций нам ответила Марина Мелия, профессор психологии, автор книги «Главный секрет первого года жизни», мама троих детей.

– Как и когда нужно начинать заниматься эмоциональным развитием ребенка? И нужно ли это делать вообще?

– Безусловно, нужно. То, каким вырастет ребенок – неуправляемым и плаксивым или спокойным и дружелюбным – очень во многом зависит от того, как сложится первый год его жизни. В это время формируется основа всей эмоциональной сферы: и эмоциональный фон, который сохранится на всю жизнь, и способность понимать эмоции и сопереживать, и даже эмоциональная устойчивость.

1. Эмоциональный фон формируется в первый год жизни.

2. Мама знакомит ребенка с разными по окраске и интенсивности эмоциями.

3. Настроение мамы влияет на настроение младенца.

4. Зеркальные нейроны, помогающие нам понимать других, развиваются благодаря общению с близкими взрослыми.

5. Чтобы научиться понимать других, для начала малыш должен почувствовать, что понимают его. Это важно!

– Давайте пойдём по порядку. Что такое эмоциональный фон?

– Это наше «базовое» настроение, состояние. Конечно, всем нам свойственна смена настроения, а детям – особенно. Но нетрудно заметить, что одни малыши почти всегда радостны, активны, улыбаются, с удовольствием

общаются, играют. Другие же, напротив, очень ранимы и впечатлительны, засыпают и просыпаются со слезами, их тяжело накормить, искупать, вывести на прогулку. Любая мелочь вызывает бурю эмоций и сопротивление.

– Разве это зависит не от темперамента?

– Да, но не только от него. Для формирования положительного эмоционального фона младенцу необходимо ежедневно получать свою «порцию счастья». А получает он ее благодаря общению с любящим взрослым, и для него нет ничего важнее и приятнее этого. Мама обнимает, ласкает, играет с малышом, «накачивая» его положительными эмоциями, и ребенок ощущает радость жизни.

Кроме того, ребенку нужно «помогать» вырабатывать привычку к положительным эмоциям, подкреплять их. Ведь если мама обращает внимание на малыша, только когда он кричит, плачет, чем-то недоволен, он быстро научится использовать негативные эмоции для привлечения внимания. А если мама будет откликаться и на проявления радости, на улыбки, смех, поддерживать их и радоваться в ответ, именно они станут «мостиком», с помощью которого малыш будет устанавливать контакт с окружающими.

Сегодня много пишут о том, что настроение, эмоциональный фон зависят от гормонального фона. Но гормоны вырабатываются, в том числе, и под влиянием внешних факторов. Мама улыбнулась малышу – и его сердце забилося чаще, он улыбнулся в ответ – и такая же реакция возникла у мамы. Положительные эмоции стимулируют в организме младенца выработку бета-эндорфинов, которые отвечают за ощущение удовольствия. Поэтому то, каким будет гормональный фон малыша, в значительной степени определяется качеством общения с мамой и другими близкими взрослыми.

В первые месяцы, ребенок и мама составляют практически единое целое. Младенец чувствует ее настроение и моментально его впитывает, «заражается» ее эмоциями. Когда мама спокойна, расслаблена – и ребенок спокоен, когда она встревожена, нервничает – и он плохо спит, хнычет, отказывается от еды.

– Получается, что мама всегда должна быть радостной и веселой? Но это же невозможно.

– Безусловно, мама имеет право на любые чувства и переживания. Это даже хорошо, когда ребенок видит маму разной – не только веселой, но и усталой, безразличной, грустной, раздраженной, испуганной. Так он знакомится с многообразием человеческих чувств и их проявлений. Но стоит помнить: все, что от нас исходит, сказывается на малыше, даже если мы не контактируем с ним непосредственно. Что бы мама ни делала – разговаривала по телефону, обсуждала что-то с мужем, смотрела телевизор, наводила порядок в доме и т.д. – вокруг нее всегда есть некое «энергетическое поле» со своим «радиусом действия».

– Перечисляя составляющие эмоциональной сферы, вы упомянули также сопереживание. Но способен ли маленький ребенок действительно сопереживать? Ведь это сложный навык, который не у всех взрослых-то развит.

– Ученые считают, что эмоциональный интеллект, то есть способность понимать чужие эмоции, сопереживать, «считывать» ситуацию, начинает развиваться именно в период младенчества. У каждого из нас есть физиологическая основа для этого – зеркальные нейроны, благодаря которым в нашей психике отражается состояние другого человека или его действия. Например, нам хочется зевнуть, когда рядом кто-то зевает, улыбнуться, когда кто-то улыбается, у нас напрягаются мышцы, когда мы видим, что кто-то падает.

Зеркальные нейроны «включаются» во время подобных действий – и мы понимаем, что именно делает человек, можем предугадать, что он будет делать дальше, и повторить какие-то его действия. Но у младенца пока есть лишь «базовый набор» зеркальных нейронов, которому еще предстоит развиваться.

– И мы можем как-то помочь этому процессу?

– Здесь тоже помогает или мешает та атмосфера, в которую погружен ребенок с самого рождения, и качество общения с мамой. Чтобы научиться понимать других, для начала малыш должен почувствовать, что понимают его. Важно то, насколько мама «настроена» на ребенка, как точно распознает его состояния и отвечает на них. Например, когда младенец находится у нее на руках, сытый и довольный, он смотрит на маму – и она ему улыбается. Так она выступает своеобразным «зеркалом», «эхом», дает ему психологическую обратную связь, тем самым развивая его способность к пониманию собственных эмоций.

– А как быть с эмоциональной устойчивостью? Неужели ее тоже можно развивать, когда малышу нет еще и года?

– Эмоциональная устойчивость ребенка «выплачивается» из его индивидуальных особенностей, темперамента и опыта взаимодействия с мамой и другими близкими взрослыми в первый год жизни. Главное, что делает мама в этом направлении – определенным образом отвечает на его крик. Многие воспринимают этот крик как негатив, думают, что малыш делает это нам назло, пытается вывести нас из себя. На самом деле криком младенец призывает нас помочь ему, когда он испытывает неприятные ощущения – голод, холод, шум, яркий свет. Поэтому крик и слезы ребенка должны вызывать у нас сочувствие, а не раздражение, желание понять, о чем он нас просит. Для него это пока единственный способ изменить ситуацию, найти того, кто придет ему на помощь.

Когда малыш кричит, а мама не торопится подходить, что ему остается? Как-то приноравливаться: он может покричать-покричать и заснуть, отключившись от неприятных ощущений, или поменять «объект желания» и начать сосать собственный кулачок вместо материнской груди, или вместо радости при появлении мамы проявить агрессию – кусать ее грудь. Все это – предвестники первых механизмов психологической защиты. Сами по себе эти механизмы несут очень важную функцию: они ограждают нас от дискомфорта, снижают напряженность, тревогу, страх и тем самым помогают приспособиться к ситуации. Но они должны быть развиты в меру. Когда близкие не просто

время от времени игнорируют потребности малыша, а практически всегда холодны и безразличны, психологическая защита выстраивается слишком жесткой, «непробиваемой».

А иногда мама, наоборот, откликается на крик моментально, без паузы, или настолько предупредительна, что все потребности ребенка предугадывает заранее. У малыша, окруженного такой сверхзаботой, уровень психологической защиты, как правило, очень низкий. Он растет чересчур чувствительным, не способен терпеть, переносить малейший дискомфорт. Именно такие дети закатывают истерики в магазинах, сбрасывают со стола не понравившуюся еду, не дают взрослым пообщаться – топают ногами, хнычут, тянут за рукав.

– Как же не впадать в крайности и найти золотую середину?

– Важно, чтобы мама не заражалась отрицательными эмоциями своего ребенка, и сама не становилась агрессивной или напуганной. В психологии даже есть такой термин – «контейнирование». Это значит, что мама «перерабатывает» эмоции малыша и тем самым помогает с ними справиться. Например, малыш плачет, мама подходит к нему и говорит: «Ты проголодался, сейчас я возьму тебя на ручки, покормлю, и ты успокоишься». То есть она утешает ребенка, говорит ему что-то ласковое, комментирует свои действия, рассказывает, что сейчас будет происходить. Нужно, чтобы мама сумела почувствовать, что испытывает ребенок, «отзеркалить» его эмоции с помощью мимики, тона, посочувствовать ему.

Если же мама не научилась справляться с собственными отрицательными эмоциями, негативные эмоции ребенка будут вызывать у нее сильный стресс и желание поскорее избавиться от этих переживаний. И малыш научится тому, что весь «негатив» надо держать при себе, чтобы, не дай бог, не расстроит или разозлит маму.

Если мама отслеживает изменения в состоянии ребенка и своевременно на них отвечает, он постепенно научится осознавать свои эмоции и не будет их бояться. Мама выступает своего рода эмоциональным тренером: она находится рядом, настраивается на одну волну с малышом и помогает ему в эмоциональном взрослении.

С первого взгляда может показаться, что эмоциональное воспитание – наука сложная, а местами просто невозможная в исполнении, но это не так. Даже если мы сами пока что не очень хорошо справляемся со своими эмоциями, пробуем шаг за шагом учиться их осознавать и контролировать (но не подавлять).

2.6. Как не вырастить «маменького сынка»?

Так устроена жизнь, что женщины мечтают о принцах, но потом живут с реальными людьми. Они сетуют, что настоящих мужчин не осталось, но, чтобы настоящий мужчина родился как вид – его надо воспитать таким.

Чтобы стать мужчиной, ребенку нужен пример, на который он мог бы равняться. В реальности же мальчики с детства чаще всего находятся при маме и за мамой. Отца либо нет, либо он не принимает участия в воспитании, либо мама не видит в нем настоящего мужчину и не может показывать сыну мужа как образец.

И вместо того, чтобы воспитывать мужские качества, женщины часто выращивают инфантильных чад, а-ля Обломов.

Психологи считают, что самая распространенная материнская ошибка в воспитании мальчика является ГИПЕРОПЕКА. Это характерно для очень любящих матерей, особенно если сын единственный или мама воспитывает его одна. Гиперопека означает повышенную заботливость со стороны родителей и, как следствие, деформацию развития личности ребенка.

Гиперопека (доминирующая гиперопека; девиз - «жизнь за ребенка») – проявляется излишняя забота за ребенком. Требования к нему отсутствуют при многочисленных запретах и ограничениях. Контроль за ребенком тотальный, порой чрезмерный. Родители стремятся к тесному эмоциональному контакту. Ребенок вырастает несамостоятельным, зависит от родителей, эгоцентричен, усиливаются астенические черты.

Гиперопека (потворствующая гиперопека; девиз - «ребенок - кумир семьи») – при рассматриваемом стиле семейного воспитания, наблюдается обожание и любование ребенком. Какие-либо требования отсутствуют, контроль за ребенком слабый, вседозволенность. Модель общения – «жертвоприношение» (максимальное удовлетворение потребностей и прихотей ребенка).

И если для девочки это полбеда, то для мальчика грозит тем, что вырастет не мужчина, а «маменькин сынок». Как правило, мальчики с таким стилем семейного воспитания с высоким самомнением, эгоцентричны, так как привыкли думать, что весь мир должен крутиться возле них. Они часто бывают агрессивны, раздражительны, если ситуация разворачивается не по их сценарию. Склонны винить в своих неудачах окружающих, а не себя.

Часто матери оправдывают это тем, что «он у меня такой нежный, такой необычный, как все остальные, к нему нужен особый подход». А в результате даже простые жизненные задачи сын не учится разрешать, и вместо успешного человека вырастает неудачник.

Вот несколько советов как вырастить настоящего мужчину:

1. С сыном разговаривать по-взрослому, уважительно, исходя из понимания, что перед вами — полноценный человек, только мало проживший.
2. Не отмахиваться досадливо от вопросов, относиться к ним серьезно и по возможности обстоятельно на них отвечать. Исходить из того, что у мальчишек не бывает наивных или преждевременных вопросов, бывают некомпетентные, невразумительные, высокомерные ответы.
3. Выслушивать сына внимательно, но и не поощрять излишнюю болтливость.

4. Не сюсюкать. Не опекать сына чрезмерно.
5. Научите ребенка нести ответственность за свои поступки и поведение с учетом его возраста. Ощущая ответственность за свои действия, ребенок будет более тщательно оценивать людей и ситуации. Вы же не сможете ходить за ним всю жизнь.
6. С каждым годом поручать как можно больше операций по самообслуживанию, а потом и во благо семьи (начиная в младшем с завязывания шнурков и заправки своей постели и кончая в отрочестве ремонтом мебели, электробытовых приборов и другой техники)
7. Не пресекать деловую инициативу, даже если это грозит некоторым ущербом (например, разбитой чашкой).
8. Не отгонять мальчика от занимающихся каким-нибудь делом мужчин (отца, дедушки, старшего брата и т.д.), наоборот, по возможности приобщать к простым операциям в домашнем хозяйстве и в работе с техникой.
9. Следить за соблюдением баланса между похвалами и критическими замечаниями.
10. Не охать при виде у сына (внука) царапин, ссадин, ушибов и прочих мелких травм, не ругать за них, а спокойно обработать рану, приговаривая что-нибудь вроде «до свадьбы заживет».
11. С 4–5-летнего возраста отучать спешить к сиденьям в общественном транспорте, наоборот, уступать места женщинам и пожилым пассажирам, в том числе маме.
12. Научите сына дружить! Дайте ему понять, что у каждого человека есть свои желания и чувства, и с этим нужно считаться!

Чтобы мужские качества проявлялись в ребенке, надо давать им свободу проявиться, позволять сыну самому пройти ситуации, в которых надо действовать как мужчина. «Но они же совсем дети, - возразят мне родители. - Они не могут, не умеют, они попадут под плохое влияние». Истина в том, что в плохие компании попадают даже дети из прекрасных семей, а сыновья заботливых мам тоже курят и пьют пиво. Задача родителей – не оградить ребенка от мира, не потакать ребенку, а наблюдать за ним, прийти с советом в нужный момент, поддержать доверительные отношения и показать пример.

2.7. Искусство запрещать: как сказать ребенку "нет"

Ребенок растет, развивается, исследует окружающий мир, ищет для себя увлекательные занятия и часто находится в абсолютном неведении по части возможных последствий своей деятельности. И, конечно, хочет чего-то такого, что ему нельзя дать и надо запретить. И тут перед родителями встает один из самых важных и при этом самых болезненных вопросов: «Как сказать ребенку «нет»?»

На самом деле сказать малышу "нет" и добиться нужного результата — не так уж и сложно. Но для этого необходимо следовать схеме, состоящей из семи правил, которые взрослые должны соблюдать самым строжайшим образом. Итак, приступим.

Первое правило: "Вы не можете говорить 'нет' всегда"

Прежде всего, необходимо понять, что "нет" — это особенное, исключительное слово, и, если произносить его постоянно, оно обесценивается и теряет смысл. Если мама на все кричит: "Нет!", "Нельзя!", "Перестань!" да "Прекрати!" — ее "нет" начинает выполнять роль простого прерывания действия, но уже не работает как запрет. Для того чтобы ребенок среагировал на ваше "нет" достойным образом, оно должно прозвучать на фоне многих "да", обескуражить, озадачить, приковать к себе его внимание. Так что чем реже вы произносите слово "нет", тем оно действеннее. Чтобы уменьшить количество запретов, о них надо думать загодя, всячески предупреждая саму возможность столкновения ребенка с соответствующими вашими "нет" и "нельзя". *Чем меньше запретов, тем они действеннее — это нужно понять и принять.*

Второе правило: "Если вы сказали своему ребенку 'нет', то уже не можете сказать ему 'да'"

Каждый раз, вознамерившись сказать своему ребенку "нет", не забывайте о том, что этим словом вы загоняете себя в своего рода ловушку и берете на себя огромную ответственность, потому что если вы сказали ребенку "нет", то сказать "да" вы теперь уже не можете. Поэтому, прежде чем сказать своему ребенку "нет", подумайте — насколько это необходимо? Не получится ли так, что вы запретили то, что потом придется разрешить? Но чего в таком случае будет стоить ваше "нет", если его с легкостью можно забирать обратно? Ровным счетом ничего! Так что если вы можете обойтись без "нет", то это всегда лучше и для ребенка, и для родителя.

Когда мы учим ребенка отличать "белое" от "черного", мы никогда не называем белое "черным", а черное "белым". Но в случае с "нет" эта логика нам почему-то изменяет. По непонятным причинам мы считаем возможным разрешать запрещенное и запрещать разрешенное.

Третье правило: "Если уж вы решились сказать своему ребенку 'нет', настройтесь на большую работу"

Когда вы говорите ребенку "нет", его желание получить вожаделенное, "запрещенное" становится не меньше, а больше. И дело даже не в том, что "запретный плод сладок", а в том, что это ограничение свободы, которое любой нормальный человек воспринимает болезненно. Поэтому, вводя в обиход новый запрет, не ждите, что ребенок примет его сразу и безоговорочно, а приготовьтесь встретить его естественный протест. Вот тут и начинается ваша работа по внедрению нового "нет" в жизнь ребенка. Сначала малыш будет сопротивляться, а вы не должны превратить это сопротивление в склоку — это работа. Потом он будет пытаться убедить вас принять поправки к соответствующим статьям, а вы не должны на это поддаваться — это тоже работа.

В какой-то момент ребенок начнет следовать предписанию, и тут вы должны будете не забывать поощрять малыша, поддерживать, положительно оценивать его новую модель поведения — а это большая работа!

Ну и, наконец, накладывая определенные ограничения на ребенка, вы должны будете в чем-то наложить их и на себя. Например, если вы ограничиваете ребенка в сладком, будет нечестно держать на видном месте конфеты и тортики "для себя любимых".

Нам кажется, что использовать запрет — это проще. Мол, сказал, что нельзя, и все. Заблуждение. Как раз введение запрета требует от родителей непомерных усилий и множества душевных трат. Поэтому, поверьте, договориться — это и проще, и, в ряде случаев, куда эффективнее.

Четвертое правило: "Объясните ребенку свое 'нет' только в том случае, если вы уверены, что он способен понять ваше объяснение"

Мама срывается на годовалого ребенка: "А ну вынь руки изо рта!" и добавляет: "Я же тебе говорила, что они грязные!" Неудивительно, что, дождавшись, когда мама отвернется, мальчик, весь расстроенный и недовольный, засунул в рот целый кулак. Видимо, кроха не уловил причинно-следственную связь между кишечным расстройством, бактериями и облизыванием пальца. Но, по мнению мамы, он должен был это не только понять, но еще и запомнить. Опасность ситуации заключается в том, что своими "умными", но непонятными объяснениями мы не только не объясняем ребенку наш запрет, но еще и путаем его и в результате оставляем один на один с неким нашим требованием, которое он, разумеется, нарушает. Поэтому надо постараться находить своим запретам понятные ребенку объяснения. Если же вы не находите подходящего объяснения, учитывая интеллектуальное развитие, знания и опыт вашего малыша, то просто запретите. Ну и, может быть, дайте что-то взамен. Ничего худого от такого запрета не будет. Просто ребенок поймет, что этого — запрещенного — делать нельзя.

Если вы что-то объясняете ребенку, то делать это нужно, используя имеющийся у него опыт, при этом желательно, чтобы ребенок объяснил, что и как он понял.

Пятое правило: "'Нет' — это слово, которое всегда произносится нейтрально"

"Нет" — это слово, которое используется для *воспитания*, а не с целью "выяснения отношений". Если же у родителей в момент объявления запрета заметны эмоции, то ребенок воспринимает их на свой счет, а в этом случае уже можно забыть о "воспитании". Родитель говорит зло, значит, он меня не любит. Родитель говорит весело, значит, он просто играет.

Ребенок не способен понять, что "нет" — это правило, основанное на знании некой объективной реальности, на знании последствий тех или иных действий. Для него "нет" — это прерывание его действия. Когда вы произносите свое "нет" спокойно и уверенно, вы, по сути, говорите ему: "Это не я прервал твоё действие. Оно само прервалось". И в этом случае ребенок не

чувствует себя уязвленным, а запрет превращается в некую "загадку природы", которую можно и не понимать, но принять к сведению необходимо.

Как говорит взрослый, в десятки раз важнее того, что он говорит. Если мама говорит дочери: "Не трогай помаду!" — и при этом хохочет, потому что это выглядит забавно, дочь решает, что маме весело, и продолжает ее веселить. Если родитель изрекает: "Сколько раз я тебе говорил: не смей брать деньги!" — для пятилетнего ребенка это звучит как угроза.

Если вы произносите свой запрет уверенно, то ребенок примет это "нет" спокойно и без лишних волнений.

Шестое правило: "Всегда положительно подкрепляйте поведение ребенка, когда он начинает следовать вашему 'нет'"

К сожалению, об этом приходится напоминать постоянно — необходимы положительные подкрепления "правильному", "хорошему" поведению ребенка. Обычно драма разворачивается по следующей схеме. Сначала родитель замечает, что ребенок делает какой-то "ужас", и злится на него за это. Затем уже порядком разгоряченный родитель заявляет ребенку свое "нет", причем нервно, напряженно, истерично и подчас даже подвизгивая. Ребенок пугается и идет на попятную, причем вовсе не потому, что понял суть предъявляемых ему претензий, а просто потому, что надо как-то защититься, унять родительский гнев. Родитель чувствует, что "его взяла", и принимает вид недовольного, но удовлетворенного удава. И получается, что ребенок за свое следование родительскому "нет" получает не поощрение, чего он вполне заслуживает, а "кислую мину". Такое положение надо срочно менять! Поймите, что готовность ребенка двигаться навстречу вашим требованиям или следование вашему запрету — это не "естественно", это акт доброй воли, которую нужно уметь замечать в своем ребенке, отмечать положительно и закреплять ответным актом доброй воли.

Радуйтесь всякий раз, когда ребенок проявляет готовность выполнить ваши условия. Во-первых, потому, что есть, чему радоваться, а во-вторых, потому, что ребенку очень важно знать, что он своего родителя радует.

Седьмое правило: "Позиция всех членов семьи по каждому конкретному 'нет' в жизни вашего ребенка должна быть одинакова"

Самое ужасное — стремиться быть для своего ребенка "лучше", чем другие его родственники, покупать его благорасположение, демонстрировать большую лояльность. Таким образом вы дискредитируете всех, включая самого себя, а ребенок постоянно находится в подвешенном состоянии. А ведь, как правило, у каждого члена семьи — мамы, папы, бабушек, дедушек, дядь и тетей есть свой личный список "нет" для ребенка. Одни запрещают конфеты, другие разрешают, одни ничего не говорят, когда ребенок ест у телевизора, у других это вызывает бурный протест, одни ругают за оценки другие говорят — "наплевать". Типичная ошибка семьи выглядит следующим образом. Мама говорит ребенку, что он не сделал уроки, а поэтому никакого телевизора. Ребенок идет к бабушке и "давит на жалость": "Бабуля, а можно телевизор посмотреть?" Бабушка, видя заплаканные глаза любимого внука, тут же

включает ему телевизор плюс к этому еще и плюшку какую-нибудь приносит. На месте бабушки может оказаться отец, на месте мамы — дедушка. Как в такой ситуации у ребенка может сформироваться правильное представление о том, что можно, а что нельзя? Да никак. Но зато у него может сформироваться другое — умение манипулировать родственниками.

Консолидированная в отношении запретов позиция взрослых повышает психическое здоровье ребенка и дарует ему семью, в которой все друг друга уважают, и понимание того, что прозвучавший запрет — это не прихоть одного из членов семьи, а данность.

2.8. *Вредные советы?*

(Как родители незаметно для себя учат ребенка плохому)

Подруга, воспитывающая ребенка-дошкольника, возмущалась у меня на кухне — протестовала против фразы: «Дети всегда отвечают за грехи родителей». «Ну как так? — негодовала она. — Причем здесь мой ребенок, почему он должен страдать, даже если я что-то сделала не так?!» А действительно, почему ребенок должен страдать?

Дети всегда копируют своих родителей. Они просто не могут расти в семье и не впитывать в себя ее принципы, правила, установки, взгляд на мир и отношение к окружающим. Причем родители могут быть искренне уверены в том, что вот этому они как раз ребенка не учили, а он сам по себе такой вырос. Но его не надо специально учить тому, что он и так каждый день слышит. Усваивание ребенком той атмосферы, в которой он растет, происходит независимо от него. Так что именно от родителей зависит то, чему и как научатся их дети, какие их ошибки они будут повторять, когда вырастут.

Отношение к себе

К себе нужно относиться бережно, с заботой, но не потакать всем желаниям, знать свои сильные и слабые стороны. Ребенок может вырасти именно с таким здоровым восприятием себя, если с детства он будет слышать конструктивное обращение в свой адрес. Если его будут хвалить и ругать за поступки, а не оценивать, как личность, будут уважать и воспринимать его чувства, прислушиваться к его мнению, обсуждать, а не угрожать.

Если же малыш с детства слышит, что мальчики не плачут, а девочки не пачкают одежду и вообще так себя не ведут, если его стыдят перед соседями и окружающими, если периодически пугают перспективой отдать кому-то или оставить в магазине, если его не учат культуре питания (например, едят перед телевизором или используют еду как утешитель), если его не учат заботиться о себе в психологическом и физическом плане, то ребенок, став взрослым, будет испытывать определенные сложности с восприятием и пониманием самого себя.

Отношение к окружающим

Часто ли ребенок слышит, как папа с мамой здороваются с соседкой или консьержкой, а потом за глаза говорят про нее «курица старая»?

Да, все мы порой можем обсудить не в меру медлительного, на наш взгляд, соседа или подругу, которая в отличие от нас, никак не может найти достойного мужчину и выйти замуж.

Классический пример: мама ругает своего мужа (он же – отец дочки), а в его лице и всех мужчин. И вполне предсказуемое, что дочь вырастет с таким же негативным и обесценивающим отношением к мужчинам. А потом будет ходить к психологу – это в лучшем случае, а в худшем – к гадалке, чтобы снять венец безбрачия.

Мы жалуемся на начальство, водителей на дорогах, злых покупателей в очереди и не замечаем, что это все слышит ребенок, и учится делать именно так.

А вы говорите, почему ребенок страдает за «грехи» родителей...

Отношение к деньгам

Если ребенок растет в семье, в которой мало денег, деньги приходят, но не задерживаются, если родители часто живут в долг или берут кредиты, то он считает, что это нормально. Если родители говорят «грязные деньги», «честным трудом много не заработаешь», «все богачи воруют», ребенок усваивает эти установки. Т.е. он не получает каких-то конструктивных знаний, не учится правильно распределять финансы, откладывать на какую-то важную покупку, но учится тому, что от денег одни проблемы.

Отношение к миру

Порой нам кажется, что мир несправедлив к нам, и, наверное, иногда так и бывает. Но для того чтобы наша жизнь была чуть лучше, нужно уметь замечать не только плохое (оно-то как раз очевидно), но и хорошее. И это тоже навык, которому ребенка нужно учить.

А чему он научится, если слышит постоянно – тут опасно, там плохо, страна у нас отвратительная, люди все такие-сякие, мир вообще жесток и несправедлив? Вряд ли такие установки помогут сформировать открытое и позитивное отношение к миру.

После нашего разговора моя подруга ушла домой, не критикуя фразу про грехи детей за родителей, а крепко над ней задумавшись.

2.9. Кризис 3-х лет! (Что важно знать родителям)

К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озадаченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это попытка отдалиться от матери, удлинить психологическую

«пуповину», научиться самому делать многое и как-то решать свои проблемы.

Кризисы развития - это относительно короткие (от нескольких месяцев до 1-2 лет) периоды в жизни, в течение которых ребенок меняется, поднимается на новую жизненную ступень.

Кризисы бывают не только в детстве (1,3,7,13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена относительно длительных и спокойных, и более коротких, бурных-критических, т.е. кризисы - это переходы между стабильными периодами.

Кризис трех лет - граница между ранним и дошкольным детством - один из наиболее трудных моментов в жизни ребенка. Это - разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, кризис выделения своего «Я». Ребенок отделяется от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения.

Резко возросшее к концу раннего возраста стремление ребенка к самостоятельности и независимости от взрослого, как в действиях, так и в желаниях ребенка, приводит к существенным осложнениям в отношениях ребенка и взрослого. Этот период в психологии получил название кризиса трех лет. Критическим этот возраст является потому, что на протяжении всего нескольких месяцев существенно меняются поведение ребенка и его отношения с окружающими людьми.

Изменение позиции ребенка, возрастание его самостоятельности и активности требуют от близких взрослых своевременной перестройки.

Кризис трех лет имеет определенные характеристики. Рассмотрим эти характеристики.

НЕГАТИВИЗМ. Ребенок дает негативную реакцию не на само действие, которое он отказывается выполнять, а на требование или просьбу взрослого. Это реакция не на содержание действия, а на само предложение, исходящее от взрослого. Негативизм избирателен: ребенок игнорирует требования одного взрослого, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия - сделать наоборот, т.е. прямо противоположное тому, что ему сказали.

При яркой форме негативизма ребенок отрицает все, что говорит ему взрослый. Он может настаивать на том, что сыр - это масло, синее - это зеленое, а лев - это собака и пр. Но как только взрослый соглашается с ним, его «мнение» резко меняется на противоположное. Ребенок, действующий и говорящий вопреки взрослому, действует и говорит вопреки своим собственным ощущениям. Здесь поведение ребенка не только не зависит от воспринимаемых обстоятельств, но и противоречит очевидности. Это поведение вызвано не предметной ситуацией, а отношением к человеку. Ребенок действует наперекор своим желаниям и очевидности, чтобы выразить свое отношение к другому.

Пример. Мама говорит, что платье черного цвета. Дочка тут же отвечает: «Нет, платье белое». Мама соглашается с белым цветом, и малышка тут же перечит: «Нет, платье черное»

Что делать. Реже использовать утвердительную форму, заменяя ее вопросительной. «Садись обедать!» - ошибочная фраза. Лучше сказать так: «Мы будем сейчас обедать?». Если вам нужен гарантированно утвердительный ответ, тогда обратитесь к ребенку так: «Ты будешь омлет или запеканку?»

УПРЯМСТВО. Это второй симптом кризиса трех лет, которое следует отличать от настойчивости. Это реакция ребенка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он требует, чтобы с его мнением считались. Мотивом упрямства является то, что ребенок связан своим первоначальным решением и ни за что не хочет отступать от него.

Пример: мама предлагает дочке поиграть на площадке. Девочка отвечает отказом и остается на лавке возле дома. В какой-то момент на площадке появляются другие дети с новыми игрушками. Мама видит интерес ребенка и снова предлагает ей перейти на площадку. Но дочь опять отказывается, хотя видно ее испорченное настроение.

Что делать. Если ребенок принял абсурдное, с вашей точки зрения, решение - примите это, не акцентируйте внимание на нелепости ситуации. Пусть ребенок идет в перчатках в летний день. Увидев других людей или занявшись каким-нибудь делом ребенок и сам поймет, что принял неверное решение.

СТРОПТИВОСТЬ. Этот симптом является центральным для кризиса трех лет, поэтому иногда данный возраст называют возрастом строптивости. От негативизма строптивость отличается тем, что она безлична. Протест ребенка направлен не против конкретного взрослого, а против всей сложившейся в раннем детстве системы отношений, против принятых норм воспитания, против навязывания образа жизни. Ребенок начинает отрицать все, что он спокойно делал раньше. Ему ничего не нравится, он отказывается чистить зубы, надевать тапочки, садиться на горшок и пр. Он как бы бунтует против всего, с чем имел дело раньше.

Что делать. Там, где это возможно, уступите настроению ребенка. Не хочет садиться за стол вместе со всеми членами семьи, не заостряйте на этом внимание. Пусть побудет один, скорее всего ребенок присоединится к вам, услышав живое и позитивное общение на кухне.

СВОЕВОЛИЕ, СВОЕНРАВИЕ. Оно связано с тенденцией к самостоятельности: ребенок хочет все делать и решать сам, отказывается от помощи взрослых и добивается самостоятельности там, где еще мало что умеет. Это положительное явление, но во время кризиса гипертрофированная тенденция к самостоятельности приводит к своеволию, она часто неадекватна возможностям ребенка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми. Это этап самоутверждения и зарождения самолюбия.

Пример: ребенок берет тряпку и начинает маме помогать мыть полы. Малыш не умеет выжимать тряпку и оставляет на полу лужи, но его буквально разбирает желание сделать «эту взрослую работу».

Что делать. Там, где ситуация не несет угрозы для жизни и здоровья, дайте свободу. Помогите ему выполнить что-то, но не навязчиво. Ведь это будет

опыт, интересный и личный. Ну а ту работу, которую малыш реально может делать сам, перестаньте выполнять за него – пусть будет занят.

Остальные три симптома кризиса встречаются реже и имеют второстепенное значение, хотя иногда отмечают их наличие у детей.

Первый из них - БУНТ ПРОТИВ ОКРУЖАЮЩИХ. Ребенок как будто находится в состоянии жесткого конфликта с окружающими людьми, постоянно ссорится с ними, ведет себя очень агрессивно.

Как проявляется? – ребенок хочет быть наравне со взрослыми, поэтому чувствуя ущемление, начинает эмоциональную войну. Специально накаляя страсти, он показывает собственную важность и взрослость: «Почему папе все можно, а мне-нет?» Не допускайте кулаков и ругани в ответ. Вам то уже не три года. Но объяснить ребенку, что его поведение обижает родителей нужно. Подчеркивайте, что малыш-полноценный член семьи. Спрашивайте у него разрешения, когда берете его вещи., благодарите его. Интересуйтесь его мнением, учитывайте предпочтения. Запреты, без которых не обойтись, давят на ребенка. И ему нужно давать возможность «выплеснуть» нарастающий гнев и напряжение. Агрессия уходит во время физического контакта: устройте «кулачные бои», «кучу-мала», позвольте ребенку «победить» вас.

Другой симптом - ОБЕСЦЕНИВАНИЕ РЕБЕНКОМ ЛИЧНОСТИ ВЗРОСЛЫХ. Обесценивается то, что было привычно, интересно, дорого раньше. Трехлетний ребенок может начать ругаться (обесцениваются старые правила поведения), отбросить или даже сломать любимую игрушку, предложенную не вовремя (обесцениваются старые привязанности к вещам) и т.п. Все эти явления свидетельствуют о том, что, у ребенка изменяется отношение к другим людям и к самому себе. Он психологически отделяется от близких взрослых.

И наконец, стремление ребенка к ДЕСПОТИЧНОМУ ПОДАВЛЕНИЮ ОКРУЖАЮЩИХ.

Как проявляется. Ребенок добивается удовлетворения своих прихотей, в противном случае окружающих ждут истерические приступы с битьем головой об пол, слезы, крики и пр.

Что могут сделать родители в момент приступа упрямства или каприза?

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать ребенку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее его взбудоражат.
- Будьте в поведении с ребенком настойчивы.
- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку или на руки и увести.
- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к

посторонней помощи: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-ай-ай!» Ребенку только этого и нужно.

➤ Постарайтесь схитрить: «Ох, какая ворона за окном, что она делает?» - подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, и он успокоится.

И еще немного фактов.

- период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев
- как правило, фаза эта заканчивается к 3,5-4 годам
- (случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная)
- пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни
- мальчики упрямятся сильнее, чем девочки
- девочки капризничают чаще, чем мальчики в кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день, у некоторых-до 19 раз!
- если дети по достижении 4 лет все еще продолжают упрямятся и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном упрямстве, истеричности» как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

Учитесь видеть за негативными кризисными проявлениями стремление ребенка к самостоятельности, становление детской личности. А именно:

- стремление доказать независимость от взрослого за негативизмом, желание быть признанным как личность за упрямством,
- стремление к выработке собственных норм и правил за строптивостью,
- тенденцию к самостоятельности за своенравием,
- желание отстоять свою точку зрения за протестом-бунтом и обесцениванием,
- развитие управленческих навыков за стремлением к деспотизму.

2.10. Развод и дети

Не все семьи способны выдержать испытание на «прочность». Многие семейные функции со временем нарушаются, значительные изменения претерпевают психологические установки супругов на сохранение брака, жизненные планы распадаются. Поэтому в некоторых случаях не только невозможно, но и нецелесообразно сохранять брак как союз, который приносил бы удовлетворение обоим партнерам. Часто выход в такой ситуации один – развод.

Развод, как считают психологи, - это стрессовая ситуация, угрожающая душевному равновесию одного или обоих партнеров, и особенно детей.

Ситуация развода в семье, наносит большой вред психическому здоровью ребенка, для которого нет и не может быть развода ни с отцом, ни с матерью.

Особенно болезненно реагируют на развод 5-7 летние дети и, прежде всего, мальчики; девочки же особенно остро переживают разлуку с отцом в возрасте от 2 до 5 лет. Последствия развода родителей могут отрицательно сказаться на всей последующей жизни ребенка. Существуют немногочисленные научные данные, которые подтверждают предположение о том, что опыт детских переживаний может оказывать влияние на выполнение супружеской и родительской роли в будущем. В частности, среди женщин, в раннем детстве которых родители разошлись, особенно выражена тенденция заводить внебрачных детей. Кроме того, лица, выросшие в семьях, разбитых в результате развода родителей, более подвержены нестабильности в собственном браке.

Вместе с тем, некоторые психологи считают, что иногда развод может расцениваться как благо, если он изменяет к лучшему условия формирования личности ребенка. Кладет конец отрицательному воздействию на его психику супружеских конфликтов и раздоров. Но в большинстве случаев расставание родителей оказывает на ребенка травмирующее влияние. Причем большую психологическую травму наносит не столько развод, сколько обстановка в семье, предшествующая разводу.

Совместные исследования психологов и медиков показали, что даже в грудном возрасте дети способны остро переживать психологическую травму, которую испытывает в процессе развода их мать. Результатом реагирования на депрессивное послеразводное состояние матери может быть даже гибель младенца.

Не менее тяжело переживают распад семьи и дети дошкольного возраста.

Дети 2,5 – 3,5 лет реагировали на распад семьи плачем, расстройством сна, повышенной пугливостью, снижением познавательных процессов, регрессом в опрятности, пристрастием к собственным вещам и игрушкам. Они с большим трудом расставались с матерью. В игре создавали вымышленный мир, населенный голодными, агрессивными животными. У наиболее уязвимых детей через год оставались депрессивные реакции и задержки развития.

Дети 3,5 – 4,5 лет обнаруживали повышенную гневливость, агрессивность, переживание чувства утраты, тревожность. Для детей этой группы было характерно проявление чувства вины за распад семьи: одна девочка наказывала куклу за то, что та капризничала, и из-за этого ушел папа.

У детей 5-6 лет так же, как и в средней группе, наблюдалось увеличение агрессии и тревоги, раздражительность, неутомимость, гневливость. Девочки в этом возрасте переживают распад семьи сильнее, чем мальчики.

Согласно исследованиям, наиболее уязвимыми при распаде семьи оказывается единственный ребенок. Те, у кого есть братья и сестры, намного легче переживают развод: дети в таких случаях вымещают агрессию или

тревогу друг на друге, что значительно снижает эмоциональное напряжение и реже приводит к нервным срывам.

И хотя прежний мир ребенка, в котором он родился и жил до развода родителей, разрушился, перед ним встает новая задача – нужно выживать, приспособливаться к новым обстоятельствам. Не всегда это приспособление дается легко. Одно из самых ближайших последствий послеразводного стресса для детей – нарушение их адаптации к повседневной жизни. Важным фактором снижения адаптивности, согласно полученным данным, являются интенсивность и продолжительность разногласий, ссор и конфликтов между родителями, свидетелем которых был ребенок, и особенно настраивание ребенка одним из родителей против другого.

Еще сложнее процесс адаптации происходит у тех детей, чьи родители после развода пытаются «устроить» свою судьбу, забыв о чувствах и привязанностях ребенка.

По данным медиков, ситуация развода родителей даже спустя 1-2 года может вызвать у подростка тяжелую форму невроза. Особенно драматичной это ситуация может быть для девочек, если они привязаны к отцам и имеют много общего с ними. Возникающие наслоения нередко усугубляются беспокойством по поводу возможной потери матери. Нередко девочки (и мальчики, похожие на отца) не отпускают мать от себя. Испытывая каждый раз острое чувство беспокойства при ее уходе. Им кажется, что мать может не вернуться, что с ней может что-либо случиться. Нарастает общая боязливость, усиливаются страхи, идущие из более раннего детства, и частыми диагнозами в этом случае будут невроз страха и истерический невроз, нередко перерастающие в подростковом возрасте в невроз навязчивых состояний.

К концу подросткового возраста начинает отчетливо звучать депрессивная симптоматика по типу сниженного фона настроения, чувства подавленности и неверия в свои силы, проблем общения со сверстниками.

Если для родителей развод зачастую является закономерным следствием нарушения семейных отношений, то для детей он чаще всего – неожиданность, приводящая к затяжному стрессу. Развод для взрослых – это болезненное, малоприятное, порой драматическое переживание, на которое из лучших побуждений они идут по собственной воле. Для ребенка расставание родителей – это трагедия, связанная с разрушением среды обитания. И даже если они осознают, что мама и папа недовольны друг другом, им трудно это понять и принять, потому что они привыкли оценивать их со своей, детской позиции. Поэтому переживание ими разрыва родителей изменяется в диапазоне от вялой депрессии, апатии до резкого негативизма и демонстрирования несогласия с их мнением.

При этом есть некоторые различия в эмоциональных и поведенческих реакциях девочек и мальчиков, связанных с их переживаниями ситуации развода родителей. Так, девочки чаще держат переживания «в себе», и внешнее поведение их практически не меняется. Однако при этом могут появиться такие признаки нарушения адаптации, как пониженная работоспособность,

утомляемость, депрессия, слезливость, раздражительность. Иногда подобные реакции направлены на то, чтобы привлечь внимание к себе расстающихся родителей, и если не скрепить их узы, то хотя бы убедиться в том, что они ее не разлюбили. Одной из форм манипуляции родителями могут быть жалобы на нездоровье. В то же время, отвлекаясь от случайных несчастий. Девочка может спокойно играть во дворе, забыв о том, что она недавно жаловалась на боль в ноге, руке и т.д. Это не что иное, как стремление компенсировать недостаток родительского внимания и любви любыми возможными средствами.

Для мальчиков характерны более очевидные формы нарушения поведения, носящие иногда явно провокационный характер. Это может быть сквернословие, побеги из дома.

Если ведущие переживания девочек в ситуации развода родителей – грусть и обида, то у мальчиков – это гнев и агрессивность. Переживания девочек доставляют беспокойство в первую очередь им самим, а проблемы мальчиков быстро начинают сказываться на окружающих. Чем старше ребенок, тем сильнее проявляются в нем признаки пола и тем серьезнее могут быть нарушения поведения.

- Для того, чтобы ребенок легче пережил травму развода родителей, у него должны сохраниться максимально хорошие отношения с обоими родителями. Однако, родители, руководствуясь нередко чисто эгоистическими побуждениями и переживая чувство обиды на оставившего семью супруга, допускают серьезные ошибки в формировании отношения ребенка к нему. Родителям нередко кажется, что, скрывая факт своего развода от ребенка до последнего момента, они ограждают его от излишних волнений. В ответ на вопрос малыша «Где мой папа?» придумывают самые невероятные истории.

Психологически грамотно в таких ситуациях рассказать ребенку правду, стараясь максимально смягчить рассказ и не пытаться «очернить» другого в глазах детей. При этом нужно учитывать такие существенные факторы, как степень духовной зрелости ребенка, его возраст, психические особенности. Постоянные недомолвки могут привести к страхам и другим нежелательным последствиям.

- Не следует вдаваться в подробности, объясняя детям, почему отец ушел из семьи. Нужно понятно и доступно разъяснить ребенку ситуацию и в положительном свете нарисовать будущее. О нарушении супружеской верности говорить не нужно, как не говорить о других случаях, когда поступки уходящего супруга унижали достоинство бывшего брачного партнера.

- Тема развода не должна превращаться в бесконечный сериал обсуждения своих семейных проблем с детьми. При этом не следует обвинять супруга при ребенке, для которого он не плохой муж, а ПАПА. Необходимо учитывать, что в момент получения от матери (отца) информации о том, что родители расстались, в душах детей идет борьба между обидой на отца (мать) и любовью к нему. Поэтому очень важно подчеркнуть, что раздельное проживание родителей никоим образом не отразится на их любви к ребенку,

они оба его сильно любят, и будут продолжать любить также сильно, как и раньше.

- Не следует использовать отца в качестве «пугала»: «Если не будешь слушаться, то все скажу папе...» Ребенок начинает воспринимать отца как нечто угрожающее и с тревогой ожидать встречи с ним. Вместо радости при его появлении ребенок испытывает страх и стыд.

- Неправильно отменять решение, принимаемое отцом, в его присутствии. Даже если вы не согласны с ним, постарайтесь смягчить свою реакцию и вернуться к вопросу позже, в более спокойной обстановке.

- Не следует обсуждать отца с родственниками или друзьями, если рядом присутствуют дети. Ваши высказывания о нем заставляют их страдать.

- Будьте осторожнее с иронией по отношению к бывшему мужу – дети могут не уловить оттенков речи, но перенять манеру смеяться над отцом.

- Критикуя ребенка, не следует говорить фразы типа «Весь в папочку»

- Чаще публично благодарите отца детей за то, что он делает, - за покупки, подарки, внимание.

- Вспоминать при детях о поступках из юности мужа, которые в глазах детей имеют героический характер. Имейте в виду, что игра «А мой папа...» всегда популярна у детей.

- Чаще советуйтесь с бывшим мужем и сообщайте об этом ребенку: «Я спрошу у папы...»

- Если вы переехали на новое место жительства, то важно сохранить без особых изменений среду обитания ребенка: создать в новом жилище детский уголок, похожий на тот, который был у него на прежнем месте. Не выбрасывать игрушки и вещи, которые были подарены отцом. По возможности, не сразу переводить ребенка в новый детский сад. Если это не удастся сделать, не терять связи со старыми друзьями, приглашать их в дом. Это позволит сохранить психическое равновесие ребенка.

- В качестве помощи при обсуждении данного вопроса с ребенком вам может помочь книга психотерапевтических историй Дорис Бретт «Жила-была девочка, похожая на тебя».

2.11. Серебряное время ребенка или как воспитать радость бытия

(Автор статьи медицинский психолог Силаева Т.Н.)

Мы взрослые часто сетуем на то, что у нас не хватает времени на детей. Его действительно не хватает. Что же делать в таком случае? Приведу аналогию с женской внешностью. Женщины больших городов додумались, как обхитрить нехватку времени. Чтобы сохранить свою фигуру, они позаимствовали у спортсменов механизм статики и динамики. Женщины, которые тратят на дорогу к работе в машинах, в электричках, поездах, самолетах (есть и такие) – они выполняют статические упражнения, то есть,

напрягают поочередно все мышцы тела и даже лица, тем самым формируя и укрепляя мышечный панцирь. Таким образом, они используют вынужденное бездействие себе на пользу, занимаясь на бесплатных тренажерах и без лишних на то временных затрат. Необходимым условием для этого являются - желание и систематичность.

Применим это необходимое условие и к нашей насущной теме по «нехватке времени на своего ребенка».

Тогда, если есть желание (а далее должно выполняться условие систематичности), тогда рассмотрим следующие предложения из практики (моей и других специалистов-психологов). Сразу уточню, что это упражнение не мною создано (автор не известен, но это же не теория, не научная статья, и не диссертация, так ведь?).

Для начала, уточним, для чего же нужно больше общаться с ребенком?

- для его правильного воспитания – гармоничная адаптация к внешнему миру, полное принятие своего Я
- для его счастливого будущего – правильный выбор друга, профессии, супруга, и чего еще сам пожелает (дома, машины, страны...)
- для нашего счастливого будущего (спокойной, желательно радостной, старости).

Согласны? Можно продолжить...

Поэтому, предлагаю на Ваше, читатели, внимательное рассмотрение, следующее упражнение «Серебряное время ребенка»

Правила выполнения данного упражнения:

- ежедневно перед сном, потому что перед сном мозг работает в режиме «наибольшей подключаемости к своему бессознательному, в котором есть ответы на все вопросы. В моем бессознательном – на мои, в Вашем – на Ваши, в бессознательном ребенка есть ответы на его личные вопросы. Откуда берутся эти ответы? В подсознании находится геновая информация всего человечества за весь период его существования. Надо только научиться пользоваться ею. А пользоваться этой всемирной информацией мы можем только при условии промежуточного состояния между осознанием и переходом ко сну.

Несущественные детали исполнения упражнения

- 1) можно при свете
- 2) можно при ночнике
- 3) можно без света
- 4) можно с открытыми глазами
- 5) можно с закрытыми глазами
- 6) пункты 1, 2, 3, 4, 5 выполняются по желанию ребенка на протяжении всего упражнения, либо – периодически

Само упражнение. Цель упражнения – научить ребенка вовремя и эффективно справляться со стрессом. Состоит из 2-х вопросов и Заключения.

1-й вопрос.

- что самого плохого с тобой сегодня произошло?

Цель вопроса – закрыть стрессовые переживания, чтобы они не «зависали». Как известно, стресс имеет свойство накапливаться как снежный ком.

- Далее продолжаем к 1-му же вопросу, после того, как ребенок расскажет про «плохую ситуацию»– «А что ты чувствовал при этом? Цель – развивать чувствительность, умение пользоваться своим подсознанием и управлять им.

- продолжаем к 1-му вопросу «А что ты сделал в этой не хорошей для тебя ситуации?» (твои действия были каковы?)

- далее «А что бы ты еще мог сделать? Как бы ты еще мог поступить? А если бы вот так? И еще так? Как тебе больше нравится? Как бы ты хотел сделать? Цель – развить способы действий и возможность видения конечной цели, не тратить время на не бесплодные усилия, владение ситуацией, повышение уверенности.

(дополнительную информацию о сознании, подсознании, бессознательном можно прочесть здесь (Энциклопедия практической психологи) - <http://www.psychologos.ru/massets/images/logo.png>)

2- вопрос:

- что самого хорошего с тобой сегодня произошло?

Цель – набираем ресурсы. «А разве тебе сегодня никто не улыбнулся, помог, сказал хорошее, светило солнышко, мир на земле, все живы и т.п.

- твои чувства? Для того, чтобы ребенок заменял отрицательные чувства на положительные (формировал и закреплял их).

Заключение упражнения:

- Ваши слова любви к ребенку

-обязательные тактильные прикосновения (объятья, поглаживания, прикосновения и т.д. на Ваш и выбор). Цель – опять же развивать здоровую адекватную чувствительность (не путать с сентиментальностью и слезливостью).

Чувствование необходимо для того, чтобы ребенок «не ходил на голове» как зомби, ограничивая тем самым родительскими установками, социальными нормами и личным опытом. Люди, не умеющие считывать свои собственные чувства – не могут ими и пользоваться для своего благополучия. Это значит, что они живут не своей жизнью, ориентируясь на мнение других, что ограничивает их внутреннюю свободу. Из-за ограничения внутренней свободы, личность «уходит» в «не счастливое существование» по направлениям:

- мое мнение не значимо (не так значимо, совсем не значимо);

- я докажу, что я чего-то стою любым способом (протест, девиантное поведение (отклонение от социально-психологических и нравственных норм), антисоциальные поступки, дезадаптация к социуму);

- не правильный выбор профессии, друга, супруги и т.д. (а как он может правильно выбрать, если значимее для него чужое мнение?);

- в целом, несчастливая судьба....

Таким образом, потратив на выполнение описанного упражнения по 20-30 минут ежедневно, Вы, уважаемые родители, скорее всего, обеспечите себе и Вашим детям:

- правильное воспитание
- гармоничное развитие
- счастливую судьбу
- спокойную старость.

2.12. Чего нельзя говорить ребенку о бабушке

Вполне возможно, что со свекровью вы «на ножах». Бывает даже, что и с собственной мамой отношения не сложились... Но ваши дети здесь абсолютно ни при чем: для них-то это – родные бабушки.

Поэтому избегайте фраз-провокаторов в отношении ближайших родственниц ребенка.

«Твоя бабушка все время на нас обижается и считает, что мы ее не уважаем»

Произнося такую тираду, вы сами выступаете в роли маленького избалованного ребенка. Стоит учесть, что многие люди преклонного возраста слишком болезненно воспринимают недостаток внешних признаков внимания, и потому действительно могут быть чрезмерно обидчивы и нетерпимы. Помните также, что от такой модели поведения никто не застрахован – все мы когда-то тоже будем старыми.

Вместо этого. Подумайте о том, как помочь вашей бабушке почувствовать себя более значимой для семьи. Вот увидите – если она будет постоянно ощущать заботу и заинтересованность со стороны и вас самих, и ваших детей, она станет спокойнее, и перестанет дуться по мелочам.

Не стоит также заострять внимание на семейных конфликтах – просто переждите острый взрыв эмоций. Не реагируйте остро, а затем продолжайте общаться, как будто ничего не произошло. Этим самым вы продемонстрируете ребенку взрослый пример терпимости и умения прощать.

«Бабушка тебя слишком балует, а у нас другие правила»

По сути все правильно – только родители имеют право решать, как именно воспитывать свое чадо. Однако, положив руку на сердце, не хочется ли вам иногда вернуться в собственное детство под теплое крыло бабушки, которая наверняка позволяла вам чуть больше, чем мама с папой?

Если вы пользуетесь бабушкой, как бесплатным беби-ситтером, будьте готовы к тому, что у нее свои взгляды на воспитание, распорядок дня, требования к ребенку и т.д. Кстати, психологи считают, что это даже полезно для ребенка: опыт перестроения из одного жизненного уклада в другой помогает приспособливаться к различным нормам поведения, а этот навык обязательно пригодится во взрослой жизни.

Однако о принципиальных вещах нужно договариваться «на берегу»: например, о том, сколько времени в летнее время посвящать чтению или о том,

что клубника – во избежание аллергических реакций – должна быть под запретом. Причем этих договоренностей нужно достигать с бабушкой с глазу на глаз.

«Бабушка опять подарила тебе ерунду, я немедленно выкину этого плюшевого уродца»

Даже если бабуля «осчастливила» внука куклой из серии «Монстер-хай» или оглушающе-громким барабаном, не стоит столь пренебрежительно высказываться о ее выборе – в конце концов о вкусах не спорят. Наверняка она выбирала подарок от всей души, тратила свое время и средства, чтобы порадовать ваше чадо, а совсем не для того, чтобы позлить вас самих.

Вместо этого. Внимание ребенка, особенно маленького, переключается очень легко. Если бабушкин подарок по каким-либо критериям не соответствует вашим требованиям, займите его другими игрушками. А спорный презент можно пока спрятать подальше... Главное, не забыть поставить его на видное место, когда бабушка наведается к вам в гости – многие люди, особенно пожилые, очень трепетно относятся к тем вещам, которые они подарили.

«Бабушке поговорить не с кем, вот она и рассказывает нам свои истории по десятому кругу»

Пожилые люди очень хотят успеть передать молодым свои знания и поделиться жизненным опытом. Да, обычно бабушки и впрямь любят вспоминать прошлое, которое может казаться не только детям, но и вам самим, никому не нужным «нафталином». Но так ли это на самом деле?

Вместо этого. Сами найдите время и силы, чтобы чаще говорить со своими стариками. Если вы научитесь заинтересованно и неравнодушно сопереживать их рассказам, то наверняка почерпнете немало интересного и полезного для себя. Беседуйте чаще – чем больше общения, тем больше найдется точек соприкосновения. Вполне возможно, что вы с удивлением обнаружите, что ваша мама или свекровь неплохо разбирается в восточной философии, современной моде или политике.

А уж воспоминания о прошлом вашей семьи, и родной страны, могут оказаться и вовсе бесценными – ведь каждый человеческий опыт неповторим. Видя вашу неподдельную заинтересованность, дети также смогут расширить свой кругозор, и найти общий язык с одним из самых родных людей на свете.

«Бабушка уже старенькая, так что не обращай внимания на ее брюзжанье»

Эта первая по частоте употребления фраза-провокатор – настоящая мина замедленного действия для вас самих. Вы подсознательно закладываете в голову ребенка мысль о том, что все пожилые люди, мягко говоря, не отличаются сохранностью интеллекта. Если повторять это часто, то подросток впоследствии не посчитает нужным прислушиваться и к вам самим – просто в силу вашего возраста.

Вместо этого. В доступной для ребенка форме донесите мысль о том, что бабушка «цепляется» к нему не из вредности характера, а потому что

беспокоится о нем. Другое дело, что все люди разные, и думают по-разному, так что с некоторыми замечаниями можно и не соглашаться.

Право на общение бабушек и других близких родственников с ребенком закреплено статьей 67 Семейного кодекса РФ. Там сказано, что в случае отказа родителей от предоставления родственникам ребенка возможности общаться с ним, орган опеки и попечительства может обязать родителей не препятствовать этому общению. Если же родители не подчинятся данному решению, то на них можно подать в суд.

От всей души надеемся, что наши читатели не только избегут подобного, но и помогут бабушкам и детям выстроить самые теплые отношения. А для этого иногда достаточно всего лишь избегать провокативных фраз.

2.13. «Неудобные темы» для разговора с детьми

Дошкольный возраст - период активного проявления любознательности ребенка. Ребенку интересно все: животные и растения, то, что создано руками человека, и, конечно, сам человек - и как биологическое существо, и как представитель определенного пола, и как субъект, вступающий в самые разные отношения с другими людьми.

В возрасте 3-5 лет ребенок начинает осознавать свою половую принадлежность и усваивает модель поведения "как мама" или "как папа" в зависимости от того, является девочкой или мальчиком. И в этом возрасте начинает проявляться естественный интерес к противоположному полу. Можно заметить, как у детей в столь юном возрасте появляются «женихи» и «невесты».

Как проявляется интерес ребенка к детям противоположного пола?

- 1) Объятия, ласки, поглаживания, поцелуи.
- 2) Желание жениться на сверстнике или на родителе противоположного пола.
- 3) Изучение половых органов или дотрагивание до них.

Почему у детей возникают проявления интереса к противоположному полу?

Действия маленьких детей, внешне напоминающие эротические: объятия, ласки, дотрагивания, поглаживания, поцелуи – являются, по существу, подражательными. Дети, подражая взрослым, испытывают удовольствие, точно такое же, как и при любой другой игре. Поэтому неверно усматривать в их играх нечто сексуальное.

Желание жениться и проявление чувства любви является также подражательной реакцией детей и принадлежности себя к определенной половой группе и соответствующему поведению.

Что же касается рассматривания половых органов или дотрагивания до них, то здесь проявляется обычное детское любопытство, дополненное первым интересом к различиям полов. В подобных исследовательских действиях нет ничего предосудительного.

Родители очень часто бывают не готовы к таким "каверзным" ситуациям и допускают ошибки в поведении и реагировании.

Что делать и как реагировать?

Для начала следует понять, что все это нормально и естественно для проявлений в данном возрасте. Это не является отклонением от нормы психосексуального развития детей.

Реагировать стоит спокойно, без испуга, страха и негативной реакции.

Интерес детей к сверстникам противоположного пола. Сексуальные игры детей (поцелуи и крепкие объятия).

Когда родители высказывают опасения по поводу таких проявлений со стороны сверстников, как поцелуи, обнимания, непонятно, на чем эти опасения основаны, то есть чего боятся родители: инфекции или аморального поведения. Не секрет, что дети непосредственны в своем поведении и часто свое расположение (в том числе и любовь) к сверстнику они высказывают именно так: целуя и обнимая. Неужели правда можно думать, что это послужит дальнейшей испорченности ребенка? Такой контакт с другим ребенком может быть опасен с точки зрения гигиенических норм, но не психологических. Поверьте, что дети при таких контактах не испытывают сексуального вожделения по отношению к сверстникам. Тем более с четырех-пяти лет появляется всем известная игра в маму-папу (жену-мужа). Это первые зачаточные пробы будущих взрослых ролей. И секса в таких играх не больше чем в другой ролевой игре, например, в прятки.

Обратите внимание, если ребенок часто проявляет повышенную потребность в телесном контакте с детьми и другими взрослыми (постоянно прижимается, стремится при каждом удобном случае залезть на колени, забраться на спину, целует много и часто) - такие проявления могут быть сигналом того, что ребенок испытывает нехватку любви от близких людей, пытаясь возместить это с посторонними. Сами по себе такие проявления со стороны детей служат им на пользу. Они, таким образом, снимают свое внутренне напряжение, тревогу и удовлетворяют свою потребность в тепле и контакте. Но для родителей, тем не менее, есть повод задуматься.

В дошкольном возрасте у детей наблюдаются игры с сексуальным содержанием. Дети играют, например, в «дочки-матери», «папы и мамы», «свадьбу», «доктора»: делают уколы, измеряют температуру, ставят клизмы, Маленькие девочки иногда подкладывают под платье различные вещи и заявляют: «А у меня будет ребеночек». Дети используют в игре то, что видели или слышали. Порой они даже не понимают смысла и значения этих действий. Желая играть с маленьким ребенком, девочка начинает подражать взрослым.

Игры с половыми органами

В поведении дошкольника могут проявиться особенности, которые вызывают у родителей неопределенную реакцию, даже панику. Например, дети могут играть с половыми органами, показывая их друг другу. Более старшему ребенку необходимо разъяснить, что половые органы ему не следует трогать без естественной надобности и не разрешать этого делать посторонним людям,

кроме родителей и врача. В подобных играх ребенок исследует свое собственное тело или рассматривает те же части тела у своих товарищей.

Если ребенок постоянно занят интересными играми, у него не появляется усиленного интереса к своему телу: внимание переключается на другие занятия. Обычно проявляют чрезмерный интерес к частям своего тела дети, которым мало уделяют внимания и ласки.

Чем естественнее условия, в которых воспитывается ребенок, чем реже его изолируют от сверстников, тем меньше внимания он уделяет половым органам и играм, с ними связанным.

Дети могут интересоваться, почему половые органы имеют разное строение. Следует объяснить им, что органы для мочеиспускания устроены по-разному потому, что мальчики и девочки не должны быть одинаковыми.

«Откуда берутся дети?»

Приходит время, когда подростки спрашивают и настойчиво ищут ответа на вопросы: «Откуда появился маленький братик? Откуда берутся дети?» Эти вопросы нередко приводят родителей в смятение: им кажется, что ребенок слишком быстро развивается и интересуется тем, что ему еще рано знать.

Вопросы, которые задают дети, чаще всего – проявление любознательности и связаны с впечатлениями их от внешнего мира, наблюдениями. Детей интересует сам факт рождения человека, и не более. У нормально развивающегося ребенка никакого сверх особого интереса к половым вопросам нет.

Прежде чем отвечать на такие вопросы, нужно спросить ребенка, почему ему захотелось это узнать. Иногда оказывается, что малыша волнует вовсе не то, как он появился на свет. Ребенок хочет узнать, откуда он приехал на эту улицу или в дом, где живет.

Малышам необходимо говорить только то, что они хотят знать. Если ребенок задает вам «неудобный» вопрос, спросите вначале у него, что он сам думает по этому поводу. Иногда этого бывает достаточно для того, чтобы ребенок нашел ответ сам на свой вопрос. Отвечать на вопросы нужно серьезно, спокойно, коротко. Ответ должен быть ясным: дети появляются и растут в животе у мамы. Вначале они очень маленькие, постепенно растут и, когда становятся большими, их отделяют от мамы. Для того чтобы отделить ребеночка от мамы, она должна лечь в больницу.

Ответы и пояснения, которых ждут дети, должны исходить из естественных законов природы и ни в коем случае им не противоречить. Эти ответы должны быть краткими, четкими, понятными для ребенка и не касающимися деталей, а только существа вопроса.

2.14. *Что делать, если ребенок кусается*

Многие дети в возрасте 2-3 лет проходят «кусачий» период, когда они либо сами кусают других деток в садике, либо становятся жертвами другого «кусаки». Почему дети кусаются, и как должны родители и воспитатели обноситься к этому, прямо скажем, больному вопросу?

Любой ребенок в возрасте 2-3 лет, посещающий детский сад, хоть раз вернулся домой со следами чьих-нибудь зубов на теле. Маленькие дети кусаются, это факт. Иногда следы зубов видны только во время переодевания, они не бросаются в глаза, и родители порой их не замечают. Иногда они выглядят, как зловещие часы на детской ручонке или спине.

Если ребенок уже говорит и может назвать имя обидчика, на этом «следствие» завершается. Вы идете в садик и грозно требуете наказать обидчика. Несмотря на то, что речь идет об очень распространенном явлении, вопрос о том, как должны реагировать родители в таком случае, остается открытым.

Нормально развивающиеся дети почти всегда кусаются на каком-либо этапе своего развития. Впервые это может проявиться в полгода, пик же приходится на возраст 2-3 лет.

Причины того, что ребенок кусается

1. Тому, что дети «пробуют на зуб» не только игрушки, но и других людей, существует несколько причин. Первая - желание приблизиться к окружающим и вступить с ними контакт. В раннем возрасте рот является одним из главных органов, помогающих ребенку в исследовании мира.
2. Неблагоприятная ситуация в семье - Если привычка кусаться появляется до того, как ребенка отдадут в детский сад, то это может говорить о неблагополучной обстановке в семье. Родителям следует присмотреться к себе и к тому, как они относятся к своему карапузу. В «тяжелой» семье ребенок постоянно подвергается стрессам, чувствует страх и даже ненависть.
3. Но бывают дети, которых родители, наоборот, слишком сильно балуют. Очень маленький ребенок может кусаться, так сказать, инстинктивно, мать с отцом умиляются этому и позволяют ему кусаться дальше. Таким образом, малыш выражает самые разные чувства, порой даже положительные, и со временем, если его не отучать, он не понимает, что укус – это больно. Подобный способ общения он переносит и в детский сад.
4. Опыт сверстников - Но ребенок может не «принести» в садик привычку кусаться из дома, а сформировать ее уже находясь в детском коллективе. В данном случае дело состоит в том, что дети очень быстро друг у друга учатся, как хорошему, так и плохому. И кусаться чадо начинает под воздействием влияния сверстников, так как подражание в этом возрасте очень сильно развито.

5. Сильные отрицательные эмоции – ребенок кусает, когда он очень зол и раздражен. В детских садах нередко встречаются маленькие дети, которые не в состоянии совладать с вспышками гнева, например, если у них отбирают игрушку. Малыш еще не умеет выразить отрицательные эмоции словами, а то и вовсе не говорит. Ребенок понимает, что его обидели, что произошел акт агрессии. Ответить не может, и часто выражает свои эмоции, кусая обидчика.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК КУСАЕТСЯ?

- Прежде всего, постарайтесь предупредить агрессивные действия со стороны ребенка по отношению к другим. Если вы заметили, что ребенок начинает сердиться, нервничать, спорить переключите его внимание на что-нибудь другое, отвлеките его. Например, предложите ребенку поиграть в какую-нибудь интересную игру или предложите ему побыть одному. У этого метода есть плюсы. Он уменьшает количество социальных контактов ребенка с другими детьми, взрослыми. Кусание в случае долгого времяпрепровождения ребенка в коллективе детей (взрослых) является проявлением перевозбуждения.
- Если кусается ребенок, который не умеет еще говорить, необходимо озвучить его поведение, для того, чтобы он запомнил его название, сказав: «Ты кусаешься!». Далее скажите: «Нельзя кусать людей, это больно! Никогда так больше не делай!», "Кусать можно только яблоки". Затем переключите внимание ребенка на что-то для него интересное. Предотвратить его агрессивные действия можно с помощью предложенной ему альтернативы. Спросите, как только заметили, что ребенок начал нервничать: «Ты хочешь поиграть с куклой или машинками?».
- Если вам не удалось предупредить агрессивное поведение ребенка, вам необходимо в этом случае остановить дальнейшее проявление агрессивных действий со стороны ребенка. Для этого осторожно, без резких движений возьмите его за руки.
- Далее, смотря в глаза ребенку, расскажите ему о его чувствах, например, «Ты не хочешь отдавать Маше свою игрушку. Я тебя понимаю и т.д.». Старайтесь, чтобы ваша фраза звучала утвердительно, была эмоционально схожа с состоянием ребенка. Важно показать ребенку, что вы его понимаете, что цель таких агрессивных действий ребенка – показать свое чувство обиды. И что при достижении цели дальнейшее проявление агрессивных действий бессмысленно.
- Утешьте пострадавшего, проявите к нему сочувствие на глазах укусившего его ребенка. Таким образом, ребенку подается пример того, как нужно выражать сочувствие. Дайте возможность ребенку заглядывать свою вину, предложите ему наложить пластырь на место укуса, извиниться, нарисовать рисунок и подарить пострадавшему.
- Если ребенок укусил вас, или укусил другого ребенка, то ни в коем случае нельзя кричать или бить его. В момент, когда дети кого-то кусают, их

переполняет чувство злости. Он не способен осознавать то, что он делает. Приказывая ребенку, при этом, не дав ему успокоиться, вы спровоцируете у него еще большую вспышку ярости. Помните, остановленные агрессивные действия ребенка, могут привести к тому, что невыплеснувшиеся негативные эмоции останутся в ребенке и рано ли поздно проявят себя, найдут выход.

- Не кусайте его в ответ, иначе у него закрепится понимание того, что именно так и следует защищаться, отстаивать свое мнение.
- Если вы заметили, что ребенок начал кусаться и щипаться - в этом случае важен контроль со стороны родителей. Внешняя твердость взрослых тренирует у ребенка чувство различия (можно - нельзя, хорошо - плохо). На основе этих ограничений, социального неодобрения формируется чувство стыда и сомнения.
- Чтобы ребенок перестал кусаться, ему потребуется ваша помощь. Для принятия правильного решения, что делать, если ребенок кусается, необходимо, прежде всего, выявить причину. Выявив причину и определив, почему ребенок кусается, нужно немедленно приступить к принятию мер по ее устранению, для того, чтобы подобное агрессивное поведение не закрепилось и не вошло в привычку у ребенка.
- Учите ребенка выражать свои желания простыми словами «Дай», «Отойди», «Не дам».

Что делать, если укусили вашего ребенка?

- Если покусали вашего ребенка, спросите у воспитателя группы, что спровоцировало данную ситуацию. Узнайте причину, почему укусили именно вашего ребенка. Иногда случается так, что «потерпевшая сторона» неосознанно сама провоцирует «кусаку» на активные агрессивные действия: забирает игрушки, нарушает личное пространство, приближаясь слишком близко и так далее.
- Разберите эту ситуацию со своим ребенком, научите его навыкам взаимодействия с Петей, Машей, которые кусаются, с учетом выясненных причин. Например, не подходить к нему близко; не забирать у них игрушки, если они ими играют и т.д. Учите ребенка выражать свои желания простыми словами «Дай», «Отойди», «Не дам».
- Если вы хотите обратиться к родителю ребенка, который кусается, подумайте о цели вашего обращения. Если вы хотите ему просто сообщить о случившемся, то это лучше сделает воспитатель группы, который может объективно описать всю ситуацию и поможет родителю наметить правильное решение для коррекции такого поведения. Если вы хотите напрямую обратиться к родителю, чтоб он прекратил подобное поведение своего ребенка, то к вашему сожалению, любой родитель ничего не сможет радикально исправить в поведении ребенка за один день. В любом случае, общение между родителями в группе должно носить конструктивный характер, таким образом, вы подаете своим детям положительный пример.

Когда же родителям следует обращаться к психологу по поводу кусающегося ребенка?

- В большинстве случаев спешить не стоит. Такое поведение проходит с возрастом, и зачастую не требует никакого профессионального вмешательства. Понаблюдайте за своим ребенком. Если малыш иногда кусается, но обычно он весел, играет, рисует и смеется, нет причин для волнения.
- Но если ребенок большую часть времени беспокоен, не может сосредоточиться, часто плачет, постоянно агрессивен без причины и очень часто кусается – имеет смысл обратиться к детскому психологу.

2.15. Ребенок в детском саду не ест – что делать?

«Ребенок ничего не ест» — это одна из самых частых жалоб, которые предъявляет воспитатель детского сада растерянным родителям, особенно в период адаптации. Почему кроха «объявляет голодовку» и как этого избежать?

Почему ребенок отказывается в саду от еды

Дети, которым подошла очередь идти в детский сад, отличаются друг от друга не только по возрасту, но и по темпераменту, уровню психического и речевого развития, степени освоения и пользования навыками самообслуживания. Немаловажное значение имеют и особенности воспитания в семье. Поэтому педагоги-психологи выделяют несколько групп причин, объясняющих, почему ребенок плохо ест:

- Физиологическая (то есть не выходящая за границы нормы) адаптация малыша к детскому саду.
- Ошибки взрослых: родителей и воспитателей.
- Тяжелая (патологическая) адаптация ребенка.

Как правило, в каждом дошкольном учреждении существует выработанная и годами поддерживаемая схема постепенного увеличения времени пребывания ребенка в группе. Начиная с нескольких часов, в течение 3-10 дней основная масса детей уже остается в саду на весь день. Нам, взрослым, кажется, что это достаточный период для адаптации. Но, вопреки ожиданиям, многие родители вынуждены решать внезапно возникшие проблемы, связанные с нарушением поведения своего чада. Это и беспричинные (на наш взгляд) капризы и истерики, и ночные пробуждения с безутешным плачем, и будто ниоткуда возникающие простуды. А тут еще воспитатель, провожая карапуза в раздевалку, с тяжким вздохом говорит: «Ребенок перестал совсем есть». И мы растерянно смотрим на свое дитя, не зная, что предпринять. Попробуем вместе найти ответ.

Взглянем на детский сад глазами своего малыша.

Дети, которые начинают посещать детский сад, еще не умеют формулировать свои мысли, а тем более ощущения. Но попробуем поставить себя на их место и представить, что они могут думать. А вариантов может быть много. Выбирайте:

1. Я пришел только поиграть!

Первые дни малыши приходят в садик после того, как мама дома накормит их завтраком. Пробыв пару часов в помещении или на площадке, они уходят домой обедать. Многие матери, желая помочь своему стеснительному чаду лучше адаптироваться среди шумной ватаги ребятшек, затягивают этот период на несколько недель. А в итоге у него закрепляется представление, что детский сад – это место, где можно весело поиграть. Что же тогда мы удивляемся, когда он сопротивляется предложению покушать и даже не подходит к обеденному столу?

2. Меня только что разбудили. Я хочу спать, а не есть.

Комментарии излишни, не правда ли? А всего лишь и надо – еще до начала посещения детского сада построить и придерживаться такого режима дня, при котором ребенок просыпался бы сам к тому времени, когда пора вставать.

3. Зачем мне ваша каша? Меня мама дома накормила любимыми макаронами с сосиской. И в кармашек положила пару конфет.

Маме так хочется, чтобы ненаглядное чадо не погибло от голода в ожидании завтрака в саду. А в результате, перекусив рано утром или «заморив червячка» сладеньким, он рискует слушать требовательное урчание в желудке до самого обеда.

4. Как много разных игрушек! Если отвлекусь на еду – не успею со всеми поиграть.

Как правило, это мысли малыша, который ходит в садик только несколько дней. Все так ново и интересно, что отвлекаться на набившую оскомину процедуру принятия пищи просто некогда.

5. Пока кушать не хочется. Может быть, через семь минут... А потом еще через двадцать две...

Это говорит вредная привычка перекусывать. Дома ведь мама не оставит голодным, если отказаться пообедать. Пряник, чашка молока, банан (нужное подчеркнуть и добавить) найдутся всегда и по первому требованию. Зачем же наедаться за один обед?!

6. Как же я устал...

Чем младше ребенок, тем больше он устает от посещения детского сада, пока не привыкнет к новой обстановке. При этом то, что холерику приходится себя сдерживать (с тетей-воспитательницей не пошалишь так, как дома), напрягает его так же сильно, как флегматика – необходимость себя подгонять, чтобы успевать за остальными детьми. За несколько часов совершенно обессиленный малыш может только тихо сидеть на стульчике, плакать или громко рыдать, вспоминая маму, а то и заснуть прямо над тарелкой супа с ложкой в руке. Особенно тяжело приходится детям, которые легли накануне поздно спать, а утром были вырваны из объятий теплой постельки еще не проснувшимися.

7. Мама ушла?! Насовсем!!!

Даже если мама бесконечно повторяет, что она сейчас вернется, ребенок расстается с ней НАВСЕГДА. Это особенность детской психики ясельного

возраста. От переживаемого горя аппетит пропадает! Требуется время, прежде чем малыш привыкнет к ежедневным уходам родителей и перестанет переживать ужас потери. И здесь все зависит от его способности понимать речь и объяснения, от доверчивости и общительности. Психологи рекомендуют начинать заранее приучать ребенка не бояться ухода мамы или папы, оставаясь ненадолго одному в гостях у родственников или знакомых.

8. Я слушаюсь только маму, а чужие тети пусть не пристают!

Крохе необходимо объяснить, что воспитательница – это не тетя с улицы, ей надо доверять и обязательно слушаться. Если не удастся уговорить, ему придется дойти до этого самому, подсматривая за другими детьми. А пока это не произойдет, уговорить его безропотно сесть за стол и покушать будет трудно.

9. Какая злая тетя, заставляющая меня кушать. Прямо тошнит от страха.

В период адаптации обиды родителей на воспитателей, «оставляющих детей голодными», безосновательны. Пусть ребенок и не доел, но зато его не вырвало. Поверьте, через несколько дней ребенок будет есть охотнее, а с привычной рвотой справиться бывает очень трудно.

10. Сейчас откажусь кушать – тетя позвонит маме, и она заберет меня домой.

Подобные ситуации встречаются достаточно часто. Казалось бы, маме, еще не вышедшей на работу из декретного отпуска, не трудно забрать малыша домой в обед. Но к хорошему дети так быстро привыкают...

11. Кушать нельзя – мамина вкуснятина не влезет.

Какое первое желание приходит вам на ум, когда воспитатель жалуется на плохой аппетит ребенка? Правильно: бежать домой и кормить в один присест за весь прошедший день. И обязательно теми блюдами, которые малыш любит больше всего. Ему ведь так много надо съесть! А что случается дальше – смотри выше фразу с многоточием.

Интересно, сможете ли вместо этого прогуляться не менее часа по улице, не дав своему чаду даже чупа-чупс? А на его просьбу покушать эмоционально удивиться: «Как, ты не ел в саду такую вкусную запеканку с киселем? Ай-яй-яй! Смотри, завтра сразу после сада запланирован поход в парк – хорошо поешь, если хочешь покататься на машинке».

12. Я дома сижу за большим столом в высоком стульчике один!

Вам же тоже плохо спится у родственников на их кровати.

13. Это не моя любимая тарелка!

Да, но ребенок привыкнет быстро.

14. Не хочу пить из чашки — где мой поильник?! (еще хуже – бутылочка)

Вы намного облегчите не только ребенку, но и себе, период адаптации к саду, если вовремя смените соску на чашку и научите его пользоваться «взрослой» посудой.

15. Интересно, а что там ест сосед справа? И что в кармашке у девочки слева?

Любопытство – прекрасное качество детей, способствующее их гармоничному психическому развитию, но очень мешающее спокойно и аккуратно принимать пищу. Подождем, когда подрастут, а слишком шустрых «приструнит» воспитательница.

16. А что: меня никто не покормит?

Думаете, только взрослые любят лениться? Даже если малыш умеет пользоваться ложкой лучше, чем его родители, он все равно должен проверить: а вдруг, если он откажется есть, воспитательница покормит его сама? Мама же дома так делает?

17. Без «Спокойной ночи, малыши» или «Смешариков» есть не буду! Нет телевизора? – расскажите сказку.

Даже в садике мудрые воспитатели какое-то время вводят в процесс приема пищи игровые элементы. Понаблюдайте, как они приговаривают: «ложку за маму», или «посмотрим, кто сегодня самый первый съест суп», или «цветочки полёт тот, у кого будет чистая чашка». Но во всем нужна мера. А одновременный просмотр телевизора вместе с приемом пищи ухудшает ее пережевывание, что повышает вероятность несварения желудка.

18. ЭТО в тарелке совсем не похоже на мамину еду!

Малыш прав! В домашнем меню должны присутствовать блюда, которые он будет регулярно кушать в саду. Причем по вкусу они тоже должны совпадать. Не поленитесь, изучите технологию их приготовления. Поверьте – именно эта еда, а не колбаса с жареной картошкой, поддерживает и укрепляет здоровье детей.

19. Мало соли! Несладко! Гадкая морковка! Запеканка? Лук?! – НИКОГДА!

Как бы обидно это ни звучало, но причина излишней переборчивости в пище в подавляющем большинстве случаев кроется в недостатках воспитания. Наверняка ребенок, сидя за столом, регулярно слышит от домочадцев «не люблю», «не готовь», «специй побольше», «кетчупа хочу», «зелень – это для козликов», «пенка на молоке – фуу» (список можете дополнить сами). Особенно сложно объяснить маме, что даже если она не любит молоко, она ОБЯЗАНА давать его своему дитяти, потому что только так он сможет вырасти здоровым. И делать это, не скривившись от отвращения, а со счастливой улыбкой на лице и с похвалами в адрес этого самого молока. У вас получится – ведь любящие родители готовы на все, даже отдать свою почку. А тут всего лишь улыбнуться (искренне!) молоку...

20. Как мама классно отчитывает тетю заведующую: повара готовить не умеют, любимую колбасу и газировку не дают, воспитательница покормить меня ложкой ленится. Значит, я прав, что отказываюсь от их салатов, суфле и пудингов. А дома она еще и папе все расскажет. Уж он им покажет!

Дети в поведении и отношении к другим людям копируют своих родителей. И у них всегда «ушки на макушке». Нельзя в их присутствии конфликтовать с работниками сада или обсуждать их с другими! При выяснении отношений ребенок присутствовать не должен. Как он сможет

доверять тете, о которой мама отзывается так плохо? Почему он должен с радостью идти к ней играть? А вдруг это еще и обидит маму?

Хотите помочь своему малышу? В его присутствии детский сад надо только хвалить с тем же выражением лица, которое припасено для молока. А все недовольство высказывать на родительском собрании.

Ну что? Нашли среди двадцати пунктов мысли своего ребенка? Поздравляю: вы замечательные родители! Вам очень хочется, чтобы солнышко росло здоровым и счастливым. Найдя, в чем вы искренне ошибались, вы сможете без труда исправить положение. Если адаптация к саду будет протекать тяжело, вы мудро сможете с благодарностью принять помощь старшего воспитателя и психолога детского сада. Все будет хорошо!

2.16. Такие разные дети! **(Как учитывать темперамент ребенка)**

Темперамент - совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих эмоциональную и динамическую стороны ее деятельности и поведения.

Свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека. Они не являются абсолютно неизменными. Причина индивидуальных особенностей поведения лежит в свойствах нервных процессов возбуждения и торможения и их сочетаниях.

Давайте коротко познакомимся с признаками, характерными для детей разных темпераментов.

Меланхолик – в его поведении много непонятного, но оно вытекает из богатого внутреннего мира. Когда он не играет, то чаще бывает задумчивым и грустным. Если расстроится, плачет долго и горько. С трудом включается в игры других детей, но преодолев себя, способен почувствовать радость и удовольствие. Пугается чужих людей и сверстников. Часто рассудителен как «маленький взрослый». Любит уединение. Любит тепла, боится «грубых игр», спорта. Склонен к страхам и тревогам, долго переживает. Не умеет работать «на время», избегает соревновательных ситуаций.

Сангвиник – такой ребенок верток и подвижен. Быстро переключается с одного занятия на другое. Родителей часто беспокоит несобранность, рассеянность неаккуратность, но ребенок все же приятен в общении, заводит, выдумщик, фантазер. Дети миролюбивы, не помнят зла. Засыпают и просыпаются быстро.

Холерик – решителен и бесстрашен. С трудом идет на компромисс, не прислушивается к мнению других. Излишне самостоятелен, чтобы добиться своего бывает агрессивен и вспыльчив. Часто конфликтует со сверстниками, любит порывистые и динамичные игры.

Флегматик – медлительный, спокойный. Играет спокойно. Нешумно. Мало двигается, любит поспать, ест много и не разборчив в еде. Во всем любит

порядок. Но если что-то не так, может добиваться своего с почти холерической энергией. Затрудняется самостоятельно принимать решение и это право отдает другому. Для других детей часто такой ребенок бывает скучен и ленив, его не охотно принимают в подвижные игры, но с удовольствием играют с ним в традиционные (дочки-матери, больница и т.д.) Запоминает информацию долго и медленно, но надежно.

КАК НАДО вести себя с детьми с различными темпераментами

Учитывать все минусы и плюсы темперамента ребенка.

Не подавлять, а управлять любым из типов темпераментов ребенка.

КАК НЕ НАДО вести себя с детьми с различными темпераментами

Пытаться подавить особенности темперамента ребенка. |

Стараться изменить врожденный темперамент на более удобный вам и превратить холерика в сангвиника, сангвиника — в флегматика и меланхолика или наоборот.

Выпячивать все минусы ребенка, особенно при посторонних людях.

Ругать ребенка, постоянно раздражаясь оттого, что не таким, как вам хотелось бы, он уродился

Стремиться укротить и обуздать не укрощающийся темперамент малыша.

КАК НАДО правильно воспитывать детей

в зависимости от особенностей темперамента ребенка

Учитывая то, что нервная система у детей пластична, мы можем так отшлифовать особенности темперамента ребенка, завуалировать все недостатки, что основная роль достанется невольно лишь только сильным из его сторон.

Итак, как лучше воспитывать сангвиника?

- Стремиться выработать у него устойчивые интересы
- Учить терпению, упорству, тому, что надо доводить любое дело до конца.
- Как можно больше поощрять за нравственность в его поступках.
- Искоренять небрежность и поверхностность при выполнении заданий

Как лучше воспитывать меланхолика?

- Не надо требовать от меланхолика того, что для него невыполнимо. Приказы замедляют его деятельность.
- Стараться поддержать его, одобрить, быть с ним поласковее и помягче.
- Нацеливать его лишь на посильные задания и помогать их вовремя исполнить.
- Учить, как надо преодолевать застенчивость и робость, искореняя неуверенность в себе.
- Поддерживать его самостоятельность.
- Воспитывать в нем инициативность, общительность, доверчивость и смелость.

- Ни в коем случае, даже из благих побуждений, не запугивать его.
- Стараться вызвать больше положительных эмоций

Как лучше воспитывать флегматика?

- Пытаться выработать любознательность и сделать его инициативным.
- Учить, как правильно переключать внимание при выполнении различных поручений и как распределить рационально время, чтоб не попасть в цейтнот.
- Не раздражаться черепашьям темпам, а ускорять их, применяя игровую деятельность, хотя бы игры наперегонки.
- Учить полнее выражать эмоции и чувства: как радоваться, горевать, жалеть кого-то и быть добрым.
- Старался привить навыки общения и развивать его коммуникабельность.
- Играть с ним в игры, где необходимы быстрота движений, точность, ловкость и поощрять, когда он выполняет правила игры.
- Любыми способами пробуждать сообразительность и воображение ребенка.
- Следить за тем, чтобы он меньше был инертным, вялым, все время тормозить его, иначе вялость может превратиться в леность, а ровность чувств — в их нищенскую скудость.

Как лучше воспитывать холерика?

- Замедлить темп его кружения по жизни, расставив на пути различные шлагбаумы и непредвиденные остановки.
- Как можно больше поощрять за нравственность в его поступках.
- Направить бьющую ключом энергию на нужные, полезные дела. Записать в спортивные секции.
- Учить обдумывать свои решения, оценивать резервы своих сил.
- Воспитывать настойчивость и сдержанность, как надо обладать собой, чтобы не вспылить.
- Необходимо подбирать такие игры, где укрепились бы процессы торможения и не было бы перевозбуждения со стороны нервной системы: спокойные, в которых все зависит от внимания и нужен только минимум эмоций: настольно-печатные, дидактические игры, шахматы, шашки, лото, домино и другие.
- Не забывать, что непосредственность холерика нередко выливается в бестактность и задевает самолюбие людей.
- Холерика необходимо учить вежливости и требовать, чтобы таким он стал. Да, да, не уговаривать, а требовать...

2.17. Почему нам трудно говорить с детьми (почему так трудно быть воспитателем своих детей)

Помните сочинение про счастье в фильме «Доживем до понедельника»? Кто-то из учеников написал: «Счастье – это когда тебя понимают». Это основная потребность всех людей и – особенно – детей. Почему же бывает так сложно говорить с детьми? Разберем несколько причин.

Мы не понимаем возрастных особенностей детей

Зачастую мы пытаемся говорить с детьми как со взрослыми или, наоборот, не учитываем, что они уже не малыши. Один из ключевых секретов взаимопонимания – осознать, на какой ступеньке развития сейчас находится ваш ребенок и какие «ключи» подойдут в данный момент для оптимального взаимодействия. Это касается, например, дистанции в общении – так, трехлетний ребенок входит в кризис «Я сам» и пытается почувствовать свои силы, игнорирование этого фактора неизменно будет вести к конфликтам.

При общении с детьми у нас актуализируются собственные детские психологические травмы

Иногда детские вопросы или слова ранят, или заставляют нас чувствовать себя виноватыми и защищаться. Важно понять, какие именно моменты общения ранят нас больше всего и спросить себя, не похоже ли это на какие-либо значимые ситуации из вашего собственного детства. Задайте себе вопрос: «А как поступали мои родители в этих ситуациях?» Для того чтобы наладить гармоничные взаимоотношения, необходимо максимально отделить свое детство от детства своего ребенка: например, осознать, что оставаться с бабушкой было травматично для вас, а для вашего сына – возможно, вполне приятно и весело.

Мы отрицаем или не понимаем чувства детей

Наши дети могут помочь себе сами, если кто-то готов их выслушивать и сопереживать. Но слова сопереживания не приходят нам в голову сами собой – это не наш «родной язык». Большинство современных взрослых выросло в обстановке отрицания чувств. Для детей этот язык жизненно необходим, без обозначения того, что с ними происходит, дети попадают в психологический вакуум, они не могут разобраться в себе и в том, что с ними происходит, эмоции захлестывают их. Поэтому детям важно подсказывать: «тебе сейчас страшно», «я вижу, ты злишься», «на твоём месте я бы расстроился».

Мы не умеем слушать детей

Например, ребенок приходит к родителю поговорить, но тот устал после работы и слушает вполуха. Вместо того чтобы выслушать, мы начинаем интерпретировать, оценивать, давать советы: «Наверное, ты сам его спровоцировал, раз он тебя ударил». С каждым случаем, когда мы – не на стороне ребенка, мы все больше теряем его доверие. Задетым чувствам сына требуется такое же безотлагательное и серьезное внимание, как если бы он повредил колено.

Детям важно уделять внимание каждый день, хотя бы 20 минут в конце дня: спросить, как прошел день, что было хорошего и плохого, не нужна ли какая-то помощь. Эти вопросы станут тем связующим звеном, с помощью которого вы сможете поддерживать ваш контакт, что бы ни случилось.

Для детей важно не только то, какие слова сказаны, но и какое отношение стоит за этими словами. Если мы не относимся к детям с сочувствием, то, что бы мы ни говорили, ребенок будет ощущать, что мы обманываем его или манипулируем им. Только когда наши слова пронизаны искренним сопереживанием, мы разговариваем напрямую с сердцем ребенка.

Мы не даем детям права на пробы и ошибки

Как часто мы говорим детям такие фразы:

- я лучше знаю, что тебе надо;
- вырастешь, тогда делай, что хочешь, а сейчас ты «обязан» слушаться;
- делай то, что я тебе говорю потому, что я старше...

Все это происходит от того, что у нас перед глазами не было примера добрых доверительных, уважительных отношений со своими родителями, и мы просто не знаем, как поступить иначе. Чтобы взять ситуацию под контроль и показать свой авторитет, мы начинаем давать советы раньше времени, и ребенок протестует против них. Когда мы даем ребенку совет или предлагаем немедленное решение его проблем, мы лишаем его опыта борьбы с собственными трудностями.

Мы пользуемся теми способами, которыми воспитывали нас

Чтобы ребенок шел на контакт, нужно знать его индивидуальные особенности, а они могут очень сильно отличаться от ваших: например, мама – холерик, а ребенок – меланхолик, она – быстрая, эмоциональная, взрывная, а он – медлительный, застенчивый. С кем-то рядом нужно помолчать, кому-то – помочь выразить чувства, кому-то – дать совет.

Мы прибегаем к запретным приемам

Проанализируйте, как часто в ваших разговорах с детьми проскакивают следующие фразы:

- обвинение («Почему ты постоянно делаешь это?»);
- ругань («Каким надо быть глупым!»);
- угрозы («Я тебя отшлепаю!»);
- приказы («Я хочу, чтобы ты убрался прямо сейчас!»);
- нотации («Ты думаешь, это было хорошо?»);
- предупреждения («Смотри у меня!»);
- мученические высказывания («До чего вы меня хотите довести?»);
- сравнения («Почему ты не можешь быть таким?»);
- сарказм («Умно! Блестящая идея!»);
- пророчества («Знаешь, что будет, когда ты вырастешь? Тебе никто не будет верить!»).

Каждая из этих фраз отдаляет вас от ребенка. Из этой воспитательной беседы ребенок вынесет следующий урок: когда человеку плохо, не стоит

обращать внимание на его чувства, надо его обвинить в том, что он создал такую ситуацию.

Мы все хотим для наших детей только самого лучшего. Ведь именно этого многим из нас не чего-то хватало в детстве, теперь у нас есть шанс построить уже со своими детьми более теплые гармоничные отношения, чем те, что были когда-то у нас самих с нашими родителями.

Часть 3. Что нужно знать родителям о речевом развитии ребенка (советы учителя-логопеда и учителя-дефектолога)

3.1. Роль речи в раннем и дошкольном возрасте

Роль речи в становлении ребенка как личности невозможно переоценить. Речь способствует формированию интеллекта, увеличивает познавательную активность, значительно расширяет кругозор маленького человека. Задача взрослых - помочь ему овладеть устной и в дальнейшем письменной речью.

К сожалению, неговорящие до 3-х лет дети в настоящее время - явление нередкое. Учеными доказано, что речевые нарушения затрудняют коммуникацию, отрицательно влияют на мыслительную деятельность, ведут к изменениям в эмоциональной сфере ребенка, что в свою очередь может привести к более серьезным нарушениям. Учитывая важность данной проблемы, родителям малышей необходимо уделять особое внимание речевому развитию детей раннего возраста.

Работа с неговорящими детьми начинается с их родителей. А они по-разному относятся к такой ситуации. Одни не видят проблемы в том, что ребенок в 2,5 года молчит. Действительно, многие дети начинают говорить после 2,5-3 лет. Но подобная задержка сама по себе уже должна насторожить: значит какие-то, пусть минимальные, но изменения в развитии есть.

Родители обычно сравнивают речь ребенка с уровнем развития речи его сверстников. В ситуации, когда у малыша 1,5–2,5 лет отсутствует активная речь, безусловно, их начинает беспокоить тот факт, что ребенок отстает в речевом развитии. Тогда перед родителями встает вопрос: необходимо ли немедленно начинать специальные занятия или стоит подождать? Да, безусловно, необходимо!

Что же нужно делать? Чем же родители могут помочь своему ребенку в сложившейся ситуации? Прежде всего, как говорят врачи, «не следует заниматься самолечением». Это значит, что, в первую очередь необходимо проконсультироваться со специалистами: детским невропатологом, логопедом, психологом. Если специалисты все-таки выявили у ребенка задержку речевого развития, то на плечи родителей ложится первостепенная работа.

Для развития речи детей раннего возраста необходимо создавать специальные условия. Важным условием речевого развития является богатство впечатлений, получаемых ребенком. Чем больше впечатлений, тем больше у малыша поводов к речевому общению со взрослыми и сверстниками.

Речь взрослого должна сопровождать все виды совместной деятельности с ребенком: кормление, одевание, гигиенические процедуры и т. п.

Необходимым условием развития речи детей является установление с каждым ребенком эмоциональных и «деловых» контактов. Малыши охотнее разговаривают с теми взрослыми, которые проявляют к ним внимание, ласку, играют с ними.

Ребенку необходима уверенность в том, что взрослый его слушает и понимает, поэтому так важно, чтобы взрослый откликался на все обращения малыша, поощрял и поддерживал их.

Важно создавать в семье жизнерадостную теплую атмосферу, обеспечивающую детям хорошее настроение. Состояние подавленности, страха угнетают речевую инициативу детей.

На этапе становления речи большое влияние на ее развитие оказывает речь окружающих взрослых. Речь взрослых должна соответствовать определенным требованиям. Она должна быть:

- адресована лично ребенку, этим обеспечивается привлечение внимания малыша к речи взрослого и готовность ответить на нее;
- эмоционально окрашенной, эмоциональное содержание, выраженное определенным тоном, помогает маленькому ребенку лучше понять смысл слов;
- правильной, отчетливой, неспешной;
- понятной, касаться интересных для ребенка тем, - это обеспечивает вовлеченность малыша в речевой контакт со взрослым и его активность в этом процессе;
- более сложной, чем речь ребенка, как по структуре и форме фраз, так и лексически; взрослый должен давать ребенку более сложные речевые образцы, чем те, которыми он уже владеет.

В сфере речевого развития ребенка перед взрослыми стоят следующие задачи:

- развитие понимания речи;
- активизация речевого подражания;
- развитие слухового восприятия;
- развитие мелкой моторики;
- развитие артикуляционной моторики.

Эти задачи решаются как в ходе взаимодействия взрослого с ребенком в повседневной жизни, так и при проведении специальных игр и занятий.

3.2. Развитие понимания речи

Для развития понимания речи необходимо пробуждать и поддерживать у детей интерес к слышимой речи, знакомить с названиями различных предметов, действий, природных явлений и пр. Важную роль играет побуждение детей к выполнению просьб, поручений, советов (в быту, игре). При этом ребенок учится устанавливать связь слова с предметом и действием, выполнять речевые инструкции взрослого.

Основная задача заключается в накоплении пассивного словарного запаса. Детям предлагается запомнить, как называются: их игрушки, части тела, предметы одежды, предметы туалета, предметы домашнего обихода, с которыми ребенок ежедневно соприкасается, отдельные названия явлений окружающей его жизни, названия животных, которых ребенок часто видит.

Пассивный глагольный словарь должен состоять из названий действий, которые ребенок совершает сам, которые совершают близкие ему люди, но этот словарь может ограничиваться названиями только тех действий, которые ребенок неоднократно наблюдал. Обязательным на данном этапе является многократное проговаривание ситуаций.

Выполняя поручения взрослого, ребенок учится действовать не импульсивно, а подчиняя свое поведение слову взрослого. Выполнение речевых инструкций взрослого является первым шагом к произвольному поведению.

Игры на развитие понимания речи

Это игры, предполагающие выполнение детьми речевой инструкции взрослого.

«Иди ко мне»

Эта игра подходит для самых маленьких детей, которые только недавно научились ходить и еще не могут выполнять сложные речевые инструкции.

Взрослый зовет ребенка по имени, манит его к себе, ласково приговаривая: «Иди-иди ко мне!» Когда малыш подходит, взрослый обнимает его и хвалит: «Ах, какой хороший мальчик (имя) ко мне пришел!» Затем можно поиграть с малышом.

Взрослый может подзывать ребенка от имени кукольного персонажа. Например, взяв мишку, взрослый низким голосом обращается к малышу: «Витя, иди ко мне». Мишка «обнимает» подошедшего ребенка, а взрослый хвалит малыша: «Молодец, Витенька, мишка позвал тебя, и ты сразу пришел!»

Эту игру можно организовать иначе. Взрослый, прячется за дверь, затем выглядывает и зовет ребенка: «Ирочка, иди ко мне!» Когда ребенок посмотрит на взрослого, тот прячется, а затем с улыбкой выглядывает и повторяет: «Ирочка, иди ко мне!» После того как ребенок подойдет к взрослому, он может предложить малышу новую игру.

«Возьми мячик»

Взрослый берет мячик (или другую игрушку) и протягивает ребенку: «Катя, возьми мячик!» Взрослый вместе с малышом рассматривает рисунок на мячике, затем просит: «Дай мне, Катюша, мячик». Взрослый берет мяч, показывает, как можно ударить им об пол, и приговаривает: «Какой красивый мячик! Как он прыгает!» Затем снова отдает мяч ребенку со словами: «Возьми, Катя, мячик».

«Возьми, кати»

Для этой игры понадобятся воротца (3 шт.) и игрушки: машинка, шарик и маленький мячик. Воротца можно сделать из кубиков или деталей конструктора.

Взрослый сажает малыша за стол рядом с собой и предлагает поиграть, вместе с ребенком рассматривают игрушки и называют их. Взрослый в ряд расставляет на столе ворота. Перед одними воротами он ставит машину, перед другими кладет шарик, перед третьими — мячик. Указывая на машину,

взрослый говорит ребенку: «Возьми машинку. Кати машинку». В случае необходимости помогает малышу прокатить машину через ворота.

Аналогичные действия выполняются с шариком и мячиком.

Затем игра повторяется, не используя указательные жесты, а лишь чередуя инструкции: «Возьми», «Кати». Обязательно нужно хвалить малыша за правильно выполненное действие и не порицать его, если он действует по-своему.

«Потопали, похлопали»

Взрослый предлагает ребенку: «Давайте поиграем в зайчиков. Как прыгает зайчик?» Взрослый прыгает, прижав к груди согнутые в локтях руки. Малыши подражают взрослому и вслед за ним повторяют: «Прыг-скок».

Затем взрослый говорит: «А теперь вы медвежата. Потопайте ножками, как медвежата». («А теперь вы птички, помашите крылышками», «А теперь похлопайте», «А теперь потопайте», «А теперь попрыгайте» и т. п.).

«Хлоп-хлоп ручками»

Взрослый просит ребенка показать, где у него ножки и ручки. Затем предлагает повторить следующие движения. Он хлопает в ладоши и приговаривает: «Хлоп-хлоп ручками». Топают ногами и произносит: «Топ-топ ножками». Прыгает на двух ногах со словами: «А теперь попрыгаем, попрыгаем, попрыгаем». Ребенок повторяет за взрослым движения и слова. Затем взрослый побуждает ребенка выполнять действия только по речевой инструкции.

«Руки вверх и на бочок»

Взрослый приглашает ребенка поиграть: «Смотри на меня и делай так же, как я». Он поднимает руки вверх, затем ставит их на пояс, говоря: «Руки вверх и на бочок». Ребенок воспроизводит движения взрослого. Таким же образом проигрываются и другие инструкции: «Руки в стороны и на бочок», «Руки вниз и на бочок».

В процессе игры взрослый обращает внимание на соответствие движений ребенка речевой инструкции, например: «Где у тебя ручки? Разве ты их поставила на бочок? Поставь ручки вот так», — и помогает малышу поставить ручки на пояс.

«Дружно ручки поднимаем»

Взрослый читает стихотворение и выполняет соответствующие движения. Ребенок повторяют их. Когда малыш освоит движения, взрослый побуждает его выполнять действия только по речевой инструкции (взрослый только читает стихи). При повторении игры взрослый побуждает ребенка самостоятельно проговаривать текст, сопровождая его соответствующими движениями.

Дружно ручки поднимаем, ручки вниз мы опускаем,
Кулачки мы крепко сжали, кулачками постучали,
Ножками потопали — топ-топ,
Ручками похлопали — хлоп-хлоп.

Игры на развитие понимания речи с опорой на движения

Данные игры способствуют выработке у детей умения слушать речь взрослого с опорой на действия и движения, повторять за ним слова и фразы. В этих играх могут использоваться прибаутки, стишки, песенки, сопровождаемые движениями ребенка. Организуя такие игры, взрослый сажает малыша к себе на колени или на стульчик лицом к себе.

«Ладушки»

Посадив ребенка на колени, взрослый берет в свои руки ручки малыша, и, хлопая ими, приговаривает потешку «Ладушки».

Сначала взрослый сам напевает стишок и действует ручками ребенка, позже направляет его действия вопросами: «Как ладушки полетели? Как ладушки сели?»

Если ребенок уже знает стихотворение и способен повторять за взрослым некоторые слова, взрослый делает паузы во время чтения, давая малышу возможность продолжить самостоятельно.

«Сорока»

Взрослый круговыми движениями водит указательным пальцем по ладошке ребенка («варит кашку»), выразительно проговаривая потешку «Сорока, сорока». Затем, начиная с большого пальца, взрослый загибает пальчики ребенка, оставляя несогнутым только мизинец (он изображает мальчика, который не помогал, не работал и остался без каши).

После того как ребенок освоит эту игру, можно постепенно передавать инициативу ему. Например, можно предложить малышу самому водить пальчиком по своей ладошке или по ладони взрослого, загибать свои пальчики или пальцы воспитателя. Необходимо также побуждать ребенка повторять отдельные слова и строчки потешки.

«Коза рогатая»

Взрослый двумя пальцами, словно рогами, шутливо пугает ребенка, приближая «козу» к его груди или животу. При этом он выразительно читает стихотворение «Идет коза рогатая». Произнося последние слова: «Забодает, забодает, забодает!», взрослый щекочет ребенка и весело смеется вместе с ним.

«Кулачки»

Взяв кулачки ребенка в свои руки, взрослый выстукивает ими по крышке стола в такт стихотворения:

Ай, туки, туки, туки, застучали молотки,
Застучали молотки, заиграли кулачки,
Тук-ток, тук-ток, нашей Леночке — годок!

«Курочка кудахчет»

Пальчиком одной руки ребенка взрослый легонько тычет в ладошку другой руки и поет:

Курочка кудахчет, кочку носом тычет:
Ай куда, куда, куда, ай, подай ее сюда!

«Тушки-тутушки»

Взрослый ставит малыша себе на колени и выполняет следующие движения: то ставит свои ноги на носки, то опускает их на пятки. Таким образом взрослый помогает ребенку подпрыгивать.

Тушки-тутушки, с творогом ватрушки!

Пшеничный пирожок!

Гоп! Гоп! Гоп! Гоп! Дружок!

«Прокачусь по льду»

Взрослый ставит ребенка себе на колени и, помогая ему подпрыгивать, напевает:

Прокачусь-ка я по льду,

Ни за что не упаду!

Затем взрослый немного раздвигает колени, поддерживая ребенка, и добавляет:

Хлоп! — на лед!

Ах, не везет!

Снова сдвигает колени и начинает игру сначала.

– **«По кочкам»**

Взрослый сажает ребенка к себе на колени и, плавно поднимая и опуская колени, приговаривает:

Едем-поедем по ровненькой дорожке.

Затем по очереди поднимая то одно, то другое колено, говорит:

По кочкам, по кочкам, по маленьким пенечкам,

В ямку — бух!

Произнося «бух», взрослый, придерживая малыша, слегка раздвигает колени. Если ребенок играет в эту игру впервые, ее темп должен быть медленным, чтобы не испугать малыша.

– **«Воробышек»**

Взрослый напевает песенку (М. Клокова) и выполняет соответствующие движения, побуждая ребенка повторять их:

Воробей с березы на дорогу прыг! *(Взрослый подпрыгивает.)*

Больше нет мороза, чик-чирик! *(Разводит руки в стороны.)*

– **«Ножки»**

Посадив себе на колени ребенка, взрослый берет в руки его ножки. Поднимая поочередно то одну, то другую ножку, взрослый приговаривает:

Ножки, ножки, где вы были?

По дорожке в сад ходили.

Ножки, ножки, что ж вы встали?

Запылились мы, устали.

Взрослый обнимает малыша и, прижимая его к себе, покачивает.

3.3. *Активизация речевого подражания*

Ответственным моментом будет создание потребности ребенка подражать слову взрослого. Подражательные реакции могут выражаться в любых звуковых комплексах. Поэтому важно создать условия, в которых у ребенка появиться желание произносить (повторять) одни и те же звуко сочетания неоднократно. Например, подражать крикам животных и птиц: «му», «ку-ку», «ам» и пр.; затем цепочка этих слов удлинится до 3-4 слогов.

В это период дети могут называть игрушки, знакомые предметы, действия, совершаемые ими или их близкими, а также выражать свои желания или нежелания в доступной для них звуковой форме.

Неправильно было бы пропускать, «перескочить» этот естественный период в развитии детской речи, начав разучивать правильно произносимых слов и, тем более, с постановки звуков. Необходимо плавно перейти к обучению простейшим словесным комбинациям, воспроизведению по подражанию хотя бы части некоторых слов.

Активизация речи должна быть тесно связана с практической деятельностью ребенка, с игрой, с наглядной ситуацией. Это достигается при определенных условиях:

- эмоциональный контакт с ребенком,
- определенный уровень понимания речи,
- устойчивости внимания,
- наличие подражательной мотивации.

Подражание речи взрослого также проходит несколько этапов. В зависимости от уровня речевого развития ребенка можно предложить ему повторение звуков, слогов, слов или фраз:

- повторение отдельных звуков, несущих смысловую нагрузку в игре.
- повторение аморфных слов.

Это слова-звукоподражания, слова-слоги, имеющие при этом собственную смысловую начинку. К таким словам относятся подражания голосам животных – *му, ав-ав, мяу* и др.; подражания звукам музыкальных игрушек – *бом-бом, ду-ду, динь-динь* и др.; подражания транспортным шумам – *би-би, ту-ту* и др., а также другие аморфные слова, которыми малыш может заменять любые слова, которые еще не может произнести целиком.

Повторение слов

Вначале это простые короткие слова – *дай, на, ляля, миша, киса* и т.д. По мере развития речи ребенок учится воспроизводить двух-, трехсложные слова, воспроизводя интонационно-ритмический рисунок слов. При этом на протяжении раннего возраста ребенок может воспроизводить звуковой состав слов приближенно.

Повторение коротких фраз.

Это этап объединения в одном предложении нескольких слов. Например: *Где мама? Там мяч. Это ложка.* Постепенно количество слов в произносимой ребенком фразе увеличивается, а ребенок учится

словоизменению и грамматически правильному сочетанию слов в предложении. Например: *Вот зайка. Дай зайку. Ваня хороший мальчик. Маша хорошая девочка.*

Варианты речевого подражания в ниже перечисленных играх мы предлагаем именно в этой последовательности: звуки – аморфные слова – слова – фразы. На наш взгляд, такая форма предложения материала является наиболее удобной, т.к. позволяет педагогу гибко подбирать подходящий вариант, в зависимости от уровня развития речи детей и их возраста.

Помните, что на начальном этапе работы с неговорящими детьми допустимы любые ответы ребенка, в зависимости от его возраста и речевых возможностей. Не следует требовать от ребенка 2-3 лет точного звукопроизношения. В раннем возрасте наиболее важным представляется развитие коммуникативной функции речи.

Игры для развития игрового подражания

Повторение аморфных слов

В предложенных играх ставятся задачи развития как общего, так и речевого подражания, но подражание речи взрослого выступает на первое место. Для этого взрослый многократно повторяет определенные слоги, слова, словосочетания, выделяя их интонационно в потоке речи, и побуждает детей повторить эти слова за ним. При этом принимаются и поощряются ответы ребенка в любом виде, взрослый же дает детям только образец правильной речи.

Поиграем на дудочке

Предложите ребенку «поиграть» на дудочке. Перед началом игры продемонстрируйте настоящую дудочку, поиграйте на ней. Затем изобразите игру на дудочке с помощью движений и озвучьте ее.

Давайте поиграем на дудочке! Как дудочка дудит? Ду-ду-ду! Повторяйте за мной!

«Дудим» и одновременно движениями рук изображаем игру на дудочке.

Позвеним колокольчиком

Предложите ребенку «позвенеть» колокольчиком. Перед началом игры продемонстрируйте настоящий колокольчик и позвоните им. Затем изобразите, как звените колокольчиком с помощью движений и речи.

Давайте позвеним колокольчиком: динь-динь-динь!!

Имитируем движением поднятой руки из стороны в сторону игру на колокольчике.

Можно предложить позвенеть по-другому: *Дон-дон!* Или *Дин-Дон!* Выберите вариант, который больше нравится детям, лучше запоминается. Можно использовать в одной игре разные варианты. В этом случае дается следующая инструкция:

Звенеть колокольчиком можно по-разному. Давайте позвеним так: Дон-дон-дон! А теперь по-другому: Дин-дон! А теперь вот так: Динь-динь-динь! Повторяйте за мной!

Бьем в барабан

Предложите ребенку «поиграть» на барабане. Перед началом игры продемонстрируйте настоящий барабан. Затем изобразите игру на барабане с помощью движений и озвучьте ее.

А как мы бьем в барабан? Та-та-та!

При этом имитируем игру на барабане, поочередно поднимая и опуская согнутые в локтях руки. Можно предложить побарабанить по-другому: *Бом-бом-бом! Бам-бам-бам!* Выбирайте вариант, который больше нравится детям, лучше запоминается. Можно использовать в одной игре разные варианты. В этом случае дается следующая инструкция: Барабанить можно по-разному. Давайте бить в барабан так: Та-та-та! А теперь по-другому: Бом-бом-бом! А теперь вот так: Бам-бам-бам! Повторяй за мной!

Когда ребенок хорошо запомнит игру на барабане, дудочке, колокольчике и балалайке, можно предложить выполнять необходимые движения и речевые конструкции по словесной инструкции без показа:

Бьем в барабан! Поиграем на дудочке! Позвеним колокольчиком! Поиграем на балалайке!

Паровозики

Предложите ребенку поиграть в паровозики.

Послушайте стихотворение про паровозик:

Весёлый паровозик вагончики возит!

Трубой пыхтит, колёсами стучит!

Давайте поиграем в паровозики! Поехал паровозик: Чу-чу-чу! Сигналил поезд: Ту-ту!

Ходим, изображая при помощи круговых движений руками, согнутыми в локтях, движения колес поезда.

Гости

Постройте вместе с малышом домик из конструктора (можно соорудить домик из стула, столика, накрытого одеялом, и т.п.) и предложите поиграть в игру «Гости». Заранее приготовьте следующие игрушки (мягкие или резиновые): курочка, собачка, кошка, коровка, гусь, утка, лошадка и др.

Можно варьировать количество и перечень персонажей игры в зависимости от того, какие игрушки есть у вас в наличии. Например, можно использовать ослика – Иа, козлика – Бе, голубя – Гули-гули, ворону – Кар, мышку – Пи-пи, и др. Главное, чтобы эти персонажи издавали крики, доступные для подражания.

Вот какой у нас домик получился замечательный – большой и красивый! Кто к нам сегодня в гости пришёл? Тук-тук! Кто там? (*игрушка не видна*) Ав-ав! Кто же это, догадались? Правильно, собака. Заходи, собака, к нам в гости. Давайте поговорим с собачкой на ее собачьем языке: Ав-ав!

Тук-тук! Кто-то ещё пожаловал к нам в гости...

Побуждайте ребенка повторять за вами звукоподражания, слова и фразы. Для этого используйте вопросы, как показано в образце.

Игра продолжается со следующим персонажем. В описании игры предложены одновременно возможные персонажи, однако их количество и, соответственно, продолжительность игры следует гибко варьировать. При признаках утомления у малыша, сверните игру. Советуем менять персонажей, постепенно увеличивать количество «гостей».

Повторение слов

Ниже представлены игры, в которых взрослый побуждает ребенка самостоятельно называть предметы и их свойства, что способствует расширению словарного запаса.

Чудесный мешочек

Взрослый кладет в красивый, яркий мешочек знакомые малышу предметы (кубик, шарик, расческу, чашку, машину и т. п.) и говорит: «Посмотри, какой у меня красивый мешочек! Давай посмотрим, что в нем лежит?»

Затем взрослый по одной достает игрушки и спрашивает: «Что это?» При необходимости взрослый подсказывает ребенку названия предметов, побуждая его повторять слова. Показав игрушку, можно снова спрятать ее, а затем достать следующий предмет.

Эту игру можно провести иначе, например:

- показывать ребенку не сразу всю игрушку, а только ее часть, и каждый раз спрашивать: «Что это?»;

- предложить малышу самостоятельно доставать игрушки из мешочка и называть их;

- предложить малышу определить предмет на ощупь и назвать его. Назвав предмет, ребенок достает его и сам убеждается в своей правоте;

- попросить ребенка достать определенный предмет.

Наряду со знакомыми игрушками в мешочек можно поместить незнакомый ребенку предмет. Новую игрушку обязательно надо дать ему потрогать, рассмотреть, подержать. Это способствует установлению прочной связи слова с предметом.

Кто в домике живет?

Взрослый сооружает дом из кубиков или коробки, сажает в него разных животных и говорит ребенку: «Давай посмотрим, кто живет в домике?»

Взрослый снимает с домика крышу и вместе с малышом достает и рассматривает находящиеся в нем игрушки. «Смотрите-ка, козочка», — говорит с удивлением взрослый и добавляет: «Мэ-мэ-мэ. Вот как она говорит. Теперь она пошла погулять!» Взрослый передвигает игрушку по столу и имитирует движения козочки, называя их («козочка прыгает», «козочка бодается» и т. п.).

«А еще кто там? — взрослый заглядывает в домик и достает следующую игрушку. — Кто же это? (Собачка.) Правильно, собачка!» И так далее.

Обычно ребенок далее достает игрушки сам, показывает их ему, и если животные ему знакомы, называет их, а также сообщают, как они лают, мяукают, каркают.

День рождения куклы

Эта игра содержит элементы сюжетной игры и позволяет использовать не только игрушки, но и картинки с изображением предметов.

Взрослый заранее готовит нарядную куклу и несколько подарков для нее (игрушки и картинки), которые кладет в красивую коробку, пакет или мешочек.

Взрослый показывает ребенку куклу и говорит: «Посмотрите, какая красивая у нас кукла. Ее зовут Даша, у нее сегодня день рождения. Ей прислали подарки, но она не знает какие. Давай поможем Даше узнать, какие подарки ей прислали».

Взрослый по очереди достает подарки из коробки и спрашивает: «Что это?» После того как ребенок называет предмет, он предлагает вручить подарок кукле и сказать ей: «Это юла (грибок, цветочек)». В случае затруднения взрослый помогает ребенку назвать предмет.

Прятки

Взрослый сажает ребенка за стол, ставит на него несколько игрушек (например, куклу, собачку, лягушку, корову) и говорит: «К нам пришли поиграть игрушки. Давай назовем, кто к нам пришел? Игрушки мне сказали, что они хотят поиграть с нами в прятки. Закрой глазки ладошками, а игрушки в это время спрячутся. Не открывай глазки, пока я не скажу: «Пора искать».

Малыш закрывает глаза, а взрослый прячет игрушки в разных углах комнаты. Затем помогает ребенку найти игрушки. Когда игрушка найдена, он спрашивает: «Кто это? Кого ты нашел?» Взрослый хвалит ребенка за правильный ответ.

Затем взрослый может поинтересоваться у малыша, как «говорит» собачка (корова), какого она цвета, что она умеет делать, и т. п.

Лото

Для игры можно использовать лото с разной тематикой: «Игрушки», «Фрукты», «Мебель», «Посуда», «Зоопарк», «Ферма» и пр.

Взрослый дает малышу большую карту (маленькие карточки он оставляет у себя), вместе с ребенком рассматривает ее и просит назвать, что на ней нарисовано. Если малыш затрудняется, взрослый сам называет предмет.

Затем взрослый берет маленькую картинку, например, с изображением чашки и просит ребенка назвать предмет: «Что это?» Малыш отвечает: «Чашка». Взрослый хвалит его за правильный ответ и говорит: «Правильно, чашка. А где здесь нарисована чашка? — показывает на большую карту. — Найди чашку». Когда ребенок сам или с помощью воспитателя найдет на большой карте аналогичный рисунок, взрослый предлагает: «А теперь положи эту карточку на картинку». То же самое повторяется со следующей карточкой.

Когда ребенок освоит игру, можно предложить ему самому открывать маленькие карточки, называть изображенные на них предметы и класть на большую карту. При этом взрослый помогает ребенку и хвалит его.

Домино

Взрослый раскладывает на столе фишки картинками вверх и предлагает ребенку рассмотреть и назвать изображенные на них предметы. Затем взрослый берет одну фишку, кладет ее перед собой и просит малыша найти такую же. Взрослый показывает, как расположить фишку рядом с предыдущей, и берет следующую. Каждый раз взрослый просит малыша называть изображения.

– Мамы и их детки

Для игры понадобятся картинки с изображением взрослых животных и их детенышей (кошка — котенок, собака — щенок, свинья — поросенок, корова — теленок и т. д.). Картинки с изображением детенышей могут быть в нескольких экземплярах.

Взрослый вместе с ребенком рассматривает взрослых животных, называет их, говорит, что у каждого из них есть детки. Затем предлагает малышу: «Давай найдем для кошки ее ребеночка. Как его называют?» При необходимости взрослый подсказывает, что это котенок, и помогает найти картинку. Малыш кладет котенка рядом с кошкой. Таким же образом подбираются остальные пары.

В следующий раз можно предложить малышу самостоятельно подобрать пары и назвать животных.

Повторение фраз

Целью игр на формирование фразовой речи является обучение детей выделению в предмете свойств, признаков и определению действий, которые предмет может совершать. Именно это и составляет основу для построения высказывания, о каком — либо предмете. (Какой это предмет? Что он может делать? Как он это делает?). В дальнейшем, упражняясь в таких построениях, дети строят высказывания и начинают ими пользоваться самостоятельно.

Командир

Ребенок отдает команды игрушкам, маме, папе. Например: «Спи, ляля», «Прыгай, зайка», «Пиши, папа», «Ешь котик», «Вставай, мишка», «Лежи, папа», «Мама, иди», «Папа, кидай», «Папа, пей». Примерные глаголы повелительного наклонения: иди, спи, сиди, ходи, кати, уйди, пиши, лепи, гуди, пусти, неси, лежи, ищи, беги, зови, лови, дай, пей, лей, стой, пой, ешь, прыгай, открой, закрой, вставай. (Желательно, чтобы у ребенка в запасе было 8-10 названий действий).

Магазин игрушек

Сначала взрослый выступает в роли продавца, а ребенок в роли покупателя. В магазине разложены игрушки. Ребенок должен сказать «Мама, дай шар (кубик, мячик, куклу, пирамидку, машинку, киску, собаку, мишку и т.п.)». Взрослый должен ответить: «Коля, на машинку». Далее взрослый и ребенок меняются ролями. В игре важно учить ребенка правильно изменять форму слов в винительном падеже с окончанием -у-.

Запомни и попроси

Для игры нужно подобрать картинки с предметами, названия которых в винительном падеже имеют окончание -у-, например, «это ложка — дай ложку, это кисточка — дай кисточку, это вилка — дай вилку (лопатку, куклу, машину, утку, корову, мишку)». Взрослый раскладывает перед ребенком несколько картинок (5-6), называет их, предлагает запомнить, а затем убирает их. Ребенок должен попросить картинки, которые он запомнил.

У нас в столовой

В «столовой» на столике ставим чашечки с водой, чаем, молоком, компотом, коробочки от сока, а также тарелки, на которых лежат хлеб, печенье, сыр, колбаса, конфеты, яблочко. На стульчиках сидят посетители — мягкие игрушки, куклы. Взрослый сообщает ребенку, что зайка хочет пить, а мишка хочет есть. Нужно принести зайке то, что можно пить, а мишке то, что можно есть. Ребенок выполняет задание и проговаривает: «Пей, зайка», «На сок (чай, молоко)», «Мишка, ешь», «На хлеб» и т.д. Можно спрашивать у «посетителей»: «Котик, будешь пить?», «Будешь есть?», «Будешь молоко?».

Кому что делать

Распределяем вместе с ребенком задания игрушечным зверятам, куклам. «Коля, покажи, кто пойдет спать». «А как ты скажешь, чтобы она (он) пошла спать?» Ребенок: «Иди спать!». Взрослый: «А кто пойдет гулять (кушать, есть, играть, убирать)?». Ребенок: «Зайка, иди гулять (кушать, играть и т.п.)!».

3.4. Развитие слухового внимания

Умение сосредотачиваться на звуке – слуховое внимание – очень важная особенность человека, без которой невозможно слышать и понимать речь.

Обращайте внимание ребенка на словесное обозначение характера различных звуков: шуршание, скрип, бульканье, звон, шелест, стук, крик и т.п. Прислушивайтесь к звукам комнаты, звукам за окном, на улице; сопровождайте этот процесс комментарием. Стимулируйте ребенка к произнесению простых слов, обозначающих услышанное им: шум, шаги, стук и т.д.; звукоподражательно обозначайте их.

Для развития слухового восприятия ребенка полезно, если иногда родители будут разговаривать с ребенком шепотом, играя, например, в разведчиков. Полезно чередовать «игру в поручения», давая инструкции то громкой, то шепотной речью.

Полезно включать классическую музыку - это способствует развитию слухового внимания, являясь предпосылкой для развития речи. Обращайте внимания ребенка на мелодию, какая она - веселая, быстрая, грустная, медленная и т.п.

Игры на развитие слухового внимания

Цель этих игр и занятий — поддержание внимания и интереса детей к слышимой речи, побуждение их повторять речевые образцы, предлагаемые взрослым.

Эти игры постепенно усложняются. Сначала малышам предлагается слушать и дифференцировать слова, четко различающиеся по звуковому составу, в последующем — слова, все более близкие по звучанию.

Отгадай, что звучит?

Нужно показать малышу, какие звуки издают различные предметы (как шуршит бумага, звенит бубен, погремушка, стучит карандаш о стакан и т.д.). Затем нужно воспроизводить звуки так, чтобы ребёнок не видел сам предмет. А ребёнок должен постараться угадать, какой предмет издаёт такой звук.

Найди игрушку

Взрослый назначает водящего и предлагает ему плотно закрыть глаза. Потом прячет какую-нибудь игрушку (в шкаф, за штору и т.д.) и предлагает водящему найти её, ориентируясь на силу ударов в барабан (бубен, погремушка, колокольчик, хлопки в ладоши). Если ребёнок подходит близко к тому месту, где спрятана игрушка, барабан бьёт громко, если удаляется от неё — тихо.

Кто играл в барабан?

Взрослый сажает на стол двух игрушечных зайцев — большого и маленького. Объясняет и показывает, как играет на барабане большой заяц, у которого много сил, — громко, сильно, и как маленький — тихо. Затем закрывает игрушки ширмой и за ней воспроизводит то громкие, то тихие удары в барабан. Дети должны отгадать и показать, который из зайцев только что играл.

Солнышко - дождик

Взрослый говорит ребёнку, что они сейчас пойдут на прогулку. Погода хорошая, светит солнышко (при этом взрослый звенит бубном). Затем взрослый говорит, что пошёл дождь (при этом он ударяет в бубен и просит ребёнка подбежать к нему и спрятаться от дождя). Взрослый объясняет малышу, что тот должен внимательно слушать бубен и в соответствии с его звуками «гулять» или «прятаться».

Разговор шёпотом

Суть заключается в том, чтобы ребёнок, находясь от вас на расстоянии 2 — 3 метров, услышал и понял то, что вы произносите шёпотом (например, можно попросить малыша принести игрушку).

Слышим звон и знаем, где он

Попросите ребёнка закрыть глаза (или завяжите платком) и позвоните в колокольчик: сверху, снизу, сзади, спереди. Ребёнок должен, не открывая глаз, рукой показать направление, откуда слышен звук.

Угадай, кто кричит?

Взрослый достаёт приготовленные игрушки (корову, собаку, кошку, козу и др.), обыгрывает их, подражая крику соответствующих животных, затем просит ребёнка послушать и угадать по голосу кто придёт к ним в гости. Затем меняется с ребёнком ролями.

Угадай части тела

Взрослый спрашивает: «Где же наши ручки?»

Ребёнок показывает ручки (отвечает или показывает): «Вот наши ручки» (хлопает в ладоши).

Взрослый спрашивает: «Где же наши ножки?»

Ребёнок (отвечает): «Вот наши ножки» (топает ножками).

Взрослый спрашивает: «Где же наши губки?»

Ребёнок (отвечает): «Вот наши губки» (изображает поцелуй).

Взрослый спрашивает: «Где же наш носик?»

Ребёнок (отвечает): «Вот наш носик» (нюхает носиком).

Затем ребёнок отворачивается, о взрослый то хлопает руками, то топает ногами, то изображает поцелуй, то нюхает. Ребёнок слушает и показывает, что делал взрослый.

Для развития фонематического слуха и четкости произношения очень полезны речевые игры-забавы. Даже самые маленькие дети любят «играть» со звуками, придумывать смешные слова, рифмы.

Повторялки

Взрослые должны поддерживать и стимулировать детское словотворчество: повторять за ребенком забавные звуки и слова, предлагать собственные варианты звуковых сочетаний, рифм, необычных слов, декламировать потешки и стихи, побуждать детей повторять их.

Приведем несколько примеров.

Са-са-са — у меня лиса.

Су-су-су — даю Саше лису.

Са-са-са — у кого лиса?

Чок-чок — каблук.

Тише мыши — кот на крыше!

Ай качи-качи-качи,

Прилетели к нам грачи.

Са-са-са — прилетела оса.

Су-су-су — мы прогоним осу.

За-за-за — прилетела стрекоза.

3.5. Развитие мелкой моторики

Это одно из важных направлений развития ребенка от двух лет. И не случайно! Развивая детские пальчики, мы стимулируем развитие речи ребенка, его интеллект в целом, готовим руку ребенка к освоению таких важных навыков, как рисование, умение пользоваться ножницами, одевание и выполнение других действий, для которых важны ловкие пальцы.

Игры на развитие мелкой моторики

Игры с прищепками

Эти игры очень любят мамы и педагоги, потому что прищепки стоят недорого, дети любят возиться с ними, а игр с прищепками огромное множество: «Конструирование из прищепок», «Сортируем прищепки по цвету», «Переложить предмет с помощью прищепки» и т.д.

Как живешь?

Взрослый задает вопросы и жестами отвечает на них, каждый раз говоря: «Вот так!» Ребенок повторяет движения и слова взрослого.

Как живешь? Вот так! (Взрослый сжимает кулак и поднимает большой палец вверх.)

А плывешь? Вот так! (Вытягивает руки вперед, прижав пальцы друг к другу, и совершает круговые движения кистями).

Машешь вслед? Вот так! (Машет кистями рук).

Ждешь обед? Вот так! (Подпирает кулаком подбородок).

А шалишь? Вот так! (Надувает щеки и ударяет по ним ладонями).

Две сороконожки

Взрослый сопровождает чтение стихотворения соответствующими движениями. Ребенок повторяет действия взрослого.

Две сороконожки бежали по дорожке. (Взрослый поворачивает ладони друг к другу и начинает беспорядочно и энергично двигать пальцами).

Друг друга повстречали.

Друг друга обнимали. (Последовательно зацепляет пальцы одной руки за пальцы другой руки).

Друг друга целовали. (Сцепляет пальцы рук).

Разрезные картинки

Возьмите картинку с нарисованным на ней хорошо знакомым ребенку предметом. Разрезаете эту картинку на две части и просите ребенка соединить эти части вместе, угадать, что это за предмет. Если у ребенка это задание не получается, готовите две одинаковые предметные картинки, одна из которых разрезана на две части. Даете ребенку разрезанную картинку, показываете ему целую и говорите: «Вот посмотри на эту картинку, на ней нарисован мяч; сложи две части, чтобы у тебя получилась такая же картинка, с мячом». Далее предлагаете ребенку картинки, разрезанные на 3,4 части.

– Бусинки

Подберите разноцветные бусинки и шнуры. Один конец шнура закрепите узелком, чтобы бусинки не соскакивали. Научите ребенка нанизывать бусинки на шнур. Предложите сделать бусы одного цвета, для соответствующего платья, кофточки, бантика и т. д. Спросите у ребенка: «Какого цвета это платье, какие бусинки подойдут к этому платью?».

Матрешка

Для многих детей третьего года жизни упражнения с матрешкой считаются трудновыполнимыми (их деятельность носит хаотический характер: они хватают то одну, то другую деталь, бросают ее, пытаются силой затолкать большую матрешку в меньшую и т. д.)

Проявляйте терпение, действуйте постепенно, начиная с матрешки с одним вкладышем. (Вместо матрешек можно заниматься с любыми предметами различной величины, которые можно вкладывать одна в другую: кастрюли с крышками, баночки, коробки и т. д.).

Доски с вкладышами

Для ребенка третьего года жизни используется доска с двумя заданными сенсорными свойствами - величины и формы - из четырех возможных (большие и малые круги, большие и малые квадраты).

Сначала предложите ребенку правильно закрыть вырезанными фигурами одну доску. Если ребенок легко справляется с этим заданием, предлагаете ему выполнить упражнение с двумя досками (при этом две доски просто присоединяются друг к другу). В случае успешного выполнения и этого задания предлагайте ребенку другие виды досок.

3.6. Развитие артикуляционной моторики

Артикуляционная гимнастика для детей 2-3 лет необходима, так как укрепляет мышцы, стимулирует полноценные, правильные движения органами артикуляции (губы, язык, челюсти). Почти все родители знают, что гимнастика для рук и ног нужна для того, чтобы их дети стали ловкими и сильными. А то, что язык - главная мышца органов речи и для него гимнастика просто необходима, знают не все. Для правильного звукопроизношения язык должен быть достаточно хорошо развит.

Артикуляционная гимнастика говорящим детям помогает овладеть правильным звукопроизношением, у неговорящих детей, с помощью гимнастики улучшается концентрация внимания, укрепляются мышцы органов артикуляции, и начинают появляться звуки, которые со временем звучат более четко, после появляются звукоподражания, могут появиться отдельные слова и т.д. и речевая активность в целом увеличивается. Основная трудность для многих родителей – нежелание ребенка заниматься. Для того, чтобы преодолеть это – необходимо постараться заинтересовать малыша. Помните: все занятия с ребенком должны строиться по правилам игры. Настройтесь и играйте с удовольствием! Ваши старания не пройдут даром, и положительный результат занятий рано или поздно проявится. При выполнении артикуляционной гимнастики следует соблюдать следующие правила:

- Проводить артикуляционную гимнастику надо каждый день в течение 3-5 минут (постепенно увеличивая до 7-10), чтобы вырабатываемые у детей двигательные навыки закреплялись и становились более прочными.

- Артикуляционную гимнастику следует проводить сидя перед зеркалом, чтобы ребенок мог контролировать свою артикуляцию. Спина ребенка должна быть прямой, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном состоянии.

- Внимательно прочитайте описание упражнения, сначала взрослый должен попробовать его освоить, а уже потом предлагать выполнение ребенку.

- Взрослый должен контролировать правильность выполнения упражнения ребенком. Движения должны быть ритмичными и четкими.

- Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз. Гимнастика не должна ребенку надоедать. Следите, чтобы он от нее не уставал.

– Наберитесь терпения и выдержки! Знайте, что выполнение артикуляционных упражнений - это трудная работа для ребенка. Никогда не укоряйте его при неудачах. Запомните! Похвала и поощрение придадут малышу уверенность своих силах и помогут быстрее овладеть тем или иным движением.

Артикуляционная гимнастика

Упражнение «Улыбка» (Лягушка, Заборчик)

Зубы сомкнуты. Губы в улыбке. Верхние и нижние резцы видны.

Упражнение «Хоботок» (Слоник, Трубочка)

Зубы сомкнуты. Губы округлены и вытянуты вперед, как при звуке у.

Обратите внимание – при переключении не должно быть движений нижней челюсти. Двигаются только губы!

Упражнение «Рупор»

Зубы сомкнуты. Губы округлены и чуть вытянуты вперед, как при звуке о. Верхние и нижние резцы видны.

Упражнение «Лопатка-блинчик-лепешка»

Рот открыт. Губы в улыбке. Положить широкий передний край языка на нижнюю губу и удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы губы не были напряжены, не растягивались в широкую улыбку, чтобы нижняя губа не подворачивалась и не натягивалась на нижние зубы. Язык не высовывается далеко: он должен только накрывать нижнюю губу. Боковые края языка должны касаться углов рта.

*«Пусть язык наш отдыхает,
Пусть немножко подремает».*

Упражнение Наказать непослушный язычок

Улыбнуться. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на нижнюю губу и, пошлепывая его губами, произносить звуки пя-пя-пя. Похлопать язык губами несколько раз на одном выдохе, затем удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 5—10. Следить, чтобы ребенок не задерживал выдыхаемый воздух. Нижняя губа не должна подворачиваться и натягиваться на нижние зубы. Боковые края языка касаются углов рта.

Улыбнуться. Приоткрыть рот. Спокойно положить язык на нижнюю губу и, покусывая его зубами, произносить звуки та-та-та. затем удерживать широкий язык в спокойном положении при открытом рте под счет от 1 до 5—10.

Упражнение «Часики»

Сначала делаем упражнение «Улыбка»: зубы разомкнуты примерно на два сантиметра, губы в улыбке, резцы обнажены.

Затем попросите ребенка высунуть язык и повернуть к правому углу рта. Затем сделать то же движение, но к левому углу рта.

Нужно чередовать движения языка вправо-влево. При этом губы находятся в улыбке, нижняя челюсть не должна передвигаться вправо или влево, а должна быть неподвижной!

Упражнение «Иголочка»

Язык высунуть далеко вперед, напрячь, сделать узким. Удерживать под счет от 1 до 5—10

Упражнение «Змейка»

Рот открыт. Узкий язык

(как жало) выдвигать вперед и убирать вглубь рта. Повторять 5-10 раз.

Упражнение «Качели»

Рот открыт. Губы в улыбке. Движения языка:

- а) широкий язык поднимается к носу и опускается к подбородку;
- б) широкий язык поднимается к верхней губе затем опускается к нижней губе;
- в) широкий язык вставить между верхними зубами и губой, затем между нижними зубами и губой;
- г) широкий кончик языка прикасается к верхним резцам, затем к нижним;
- д) широким кончиком языка дотронуться до бугорков (альвеол) за нижними резцами, затем за верхними;

При выполнении всех упражнений следить, чтобы язык не сужался, губы и нижняя челюсть были неподвижны, губы не натягивались на зубы.

Упражнение «Почистим зубы»

Рот открыт. Губы в улыбке. Широким кончиком языка погладить нижние зубы, делая движения языком вверх-вниз. Следить, чтобы язык не сужался, останавливался у верхнего края зубов и не выходил за него, губы находились в положении улыбки, нижняя челюсть не двигалась.

Упражнение «Сдуть снежинку»

Рот приоткрыт. Губы в улыбке. Широкий язык высунут. Кончик языка опущен. Боковые края языка прижаты к верхним зубам. На кончик языка положить бумажный квадратик размером 1х1 см и сдуть его. Следить, чтобы щеки не надувались и губы не натягивались на зубы, чтобы дети как бы произносили звук ф, а не х.

Упражнение «Фокус»

Рот открыт. Губы в улыбке. Язык высунут. Боковые края и кончик языка подняты, средняя часть спинки языка прогибается книзу. Удерживая язык в таком положении, сдуть ватку с кончика носа. Следить, чтобы нижняя челюсть была неподвижной, губы не натягивались на зубы, ватка летела строго вверх.

3.7. Общие рекомендации родителям по организации общения с детьми, имеющими трудности в речевом развитии

1. На первых порах лучше вообще не требовать от ребёнка речевой отдачи. Важно не отпугнуть малыша настойчивым «скажи», «повтори», строго исключите эти выражения из своего общения с детьми.

2. Не требуйте от ребенка повторения сложных слов, не заставляйте несколько раз повторять ставшее доступным для ребенка слово. Подобные действия способствуют усилению речевого негативизма ребенка. Родители не

должны на начальных этапах работы добиваться четкого произнесения какого-либо звука, слова. Следует поощрять любое проявление речевой активности, при этом демонстрируя верный образец речи.

3. Не фиксируйте внимание своё, ребёнка и окружающих на его дефекте. Никогда не говорите ему, что он не хочет или не может говорить. Хвалите за любую его инициативу, пусть и не речевого характера.

4. Больше говорите с детьми, озвучивайте все действия.

5. Названия предметов произносятся в замедленном темпе, многократно проговариваются, взрослый исполняет одновременно роль и спрашивающего, и отвечающего, т. е. даётся диалог-образец. Проговаривание используется только в процессе действий с предметом. Просто так слова проговаривать бесполезно. Так может продолжаться несколько дней.

6. Постепенно ребёнка косвенно поощряют к вступлению в диалог – для этого взрослый делает всё более и более длительные паузы (до 5-10 сек.) Здесь важно привлечь к работе все анализаторы ребёнка: зрительный, тактильный, двигательный. Желательно, чтобы при общении ребёнок смотрел в глаза взрослому, это даёт возможность зафиксировать внимание ребёнка на работу артикуляционного аппарата (движения губ, языка). Одно и то же слово можно проговорить ребёнку на ухо, либо прохлопать ритм слова по его ручке. Подобное использование в работе комплекса анализаторов усиливает компенсаторные процессы, т. к. сигналы-раздражители, поступающие по анализаторам в кору головного мозга, стимулируют деятельность нервных клеток, посредством чего речевой материал воспринимается и усваивается ребёнком. И пусть ребёнок ещё не повторил слово, а только внимательно следил глазами за движениями ваших губ, важнее, что он сделал первый шаг, он проявил заинтересованность в процессе. Обратите внимание, что эта работа строится в процессе реальных бытовых или игровых действий.

7. Не следует удовлетворять все потребности ребенка, не дожидаясь какого-либо проявления просьбы, если предвосхищать все желания ребенка, не давая ему хотя бы криком, одним звуком выразить их, у него так и не появится стимул заговорить. Если ребенок выразил свои желания с помощью жестов или мимики, обязательно вербализуйте его сообщения.

8. Включенный телевизор (часто в фоновом режиме), радио и т.п. мешают ребенку сосредоточиться, отрицательно сказываются на балансе нервных процессов. Во время занятий и игр с ребенком все посторонние источники шума были исключены. Постоянный шум лишает ребенка важнейшей предпосылки для начала развития речи - возможности подражать речи взрослого, поскольку ребенок не может сконцентрироваться на ней!!

9. Соблюдение режима дня необходимо для всех детей дошкольного возраста, режим дня является залогом речевого развития.

10. У детей с нарушениями речи обычно наблюдается более низкая работоспособность центральной нервной системы, поэтому они нуждаются в достаточной продолжительности сна. Ребенок 3-4 лет должен спать не менее 14-15 часов в сутки. Укладывать ребенка спать следует в одно и то же время.

Не следует перед сном перегружать нервную систему ребенка: играть в подвижные игры, смотреть телевизор, читать новые сказки и т.п.

11. Прием пищи для ребенка не должен быть «на лету», старайтесь организовать традиционный для семьи прием пищи (с большинством членом семьи). Для стимуляции развития органов артикуляционного аппарата поощряйте ребенка облизывать еду (мороженое, конфеты), слизывать крошки с губ; для тренировки мышц кормите ребенка твердой пищей. Во время кормления ребенка не забывайте сопровождать ритуал комментарием; обогащайте представления ребенка о вкусе и запахе продуктов.

12. В процессе купания ребенка используйте резиновые игрушки - рассуждайте, кто на самом деле может плавать: утка, рыбка, кораблик и т.п.; а что (или кто) умеет плавать только, если он игрушечный (самолет, попугай). Придумывайте разные названия для ванной (бассейн, море, озеро, река, пруд) и играйте в разные игры: пароход по морю плывет и гудит: «у-у-у»; в бассейне купаем кукол - «куп-куп» и т.д. Обращайте внимание на разницу температурных ощущений, включая воду различной температуры, побуждайте ребенка к произвольным эмоциональным восклицаниям «Ой! Ай! Ух! Ох! Ах!».

13. Необходимо чередовать специальные занятия и упражнения со свободной деятельностью, игрой ребенка; интеллектуальные игры с двигательными.

14. Все игры и упражнения, проводимые с детьми, должны вызывать их радость, чаще стимулируйте детский смех. Повышенная активность лицевых мышц усиливает кровоснабжение мозга, он получает больше кислорода.

15. Пользуйтесь дополнительной литературой! Если вас действительно волнует развитие вашего ребенка, вы захотите прочесть что-нибудь о речевых нарушениях и способах их преодоления.

16. Не откладывайте на завтра то, что можно сделать сегодня! Терпения вам и успехов!

Заключение

Дорогие родители! Мы подобрали для вас информацию, которая поможет вам сформировать психолого-педагогические компетенции для того, чтобы стать главными воспитателями своих детей. Главными не в смысле подавления ребенка, его воли, желаний, притязаний, а в смысле самых значимых взрослых для маленького человека, которому для того, чтобы стать успешным в будущем необходимы ваши принятие, понимание и признание.

Вы в праве по-своему усмотрению распорядиться той информацией, которую мы представили в пособии. Может быть вы не согласитесь с рекомендациями педагога-психолога, так как уже сформировали свою позицию и свой взгляд на процесс воспитания. Но если данное пособие поможет вам по-другому взглянуть на своего ребенка и стать к нему ближе, то мы будем считать свою миссию выполненной.

Доверительные отношения между детьми и родителями формируют у ребенка чувство собственного достоинства, которое обеспечит ему успешность в социуме, когда он станет взрослым, а не умение считать до ста и читать быстрее сверстников.

Именно поддержка значимого взрослого станет «прививкой» от неуверенности и безволия. «Прививайте» своих детей любовью и пониманием, заботой и признанием и тогда вы в полной мере ощутите, что это такое родительское счастье.

«Взрослым нужно научиться «читать» своих детей, и чем больше внимания будет уделяться индивидуальным потребностям и особенностям ребенка, тем меньше будет педагогических издержек. Капризное поведение и агрессия не даются от рождения, а прививаются неправильным воспитанием. Ребенка нужно принимать таким, каков он есть, и не пытаться переделать его в соответствии со своими представлениями и ожиданиями.» (Ремо Ларго).

Список литературы

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации [Текст]: [федер. Закон: принят Государственной Думой 21 декабря 2012 г.: по состоянию на 1 янв. 2015 г.]. – СПб.: Victory: Сатурн-кантр, 2014. -168 с.
2. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования : Приказ от 17 октября 2013 г. № 1155. – Режим доступа: <http://internet.garant.ru/>
3. Амонашвили, Ш.А. Основы гуманной педагогики. Кн. 6 Педагогическая симфония / Ш.А. Амонашвили.- М.: Просвещение, 2015.
4. Корчак, Я. Как любить ребенка / пер. пол. К.Э. Сенкевич. – М.
5. Корчак, Я. Уважение к ребенку / Я. Корчак. – СПб.: Питер, 2015.
6. Кривцова, С.В. Семья. Искусство общения с ребенком / С.В. Кривцова, Е.Ю. Патяева; под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Учебная книга БИС, 2008.
7. Кротова, Т.В. Общение педагога с родителями в ДОУ: методический аспект [Текст] / Т.В. Кротова, О.Л. Зверева. - М.: Просвещение, 2005. – 236 с.
8. Ларго, Р. Детские годы: индивидуальность ребенка как вызов педагогам / р. Ларго; под ред. А.И. Бурениной. – Москва: Национальное образование, 2015. – 184 с.
9. Макарова, Е.Г. В начале было детство: Записки педагога [Текст] / Е.Г. Макарова. – М.: Педагогика, 1998.
10. Михайлова-Свирская, Л.В. Индивидуализация образования детей дошкольного возраста [Текст] / Л.В. Михайлова-Свирская. – М.: просвещение, 2015. – 159 с.
11. Патяева, Е.Ю. От рождения до школы. Первая книга думающего родителя / Е.Ю. Патяева. М.: Смысл, 2014.
12. Солодянкина, О.В. Сотрудничество дошкольного учреждения с семьей [Текст] / О.В. Солодянкина. – М.: Просвещение, 2004. – 335 с.
13. Современные отечественные исследователи в области педагогики. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://referatwork.ru/pedagogika_bileti/section-1-16.html
14. Уденховен, Н. ван Новое детство. Как изменились условия потребности жизни детей / Н. ван Уденховен, Р.Вазир. – М.: Университетская книга, 2010.
15. Ушинский, К.Д. Человек как предмет воспитания. Т.1. Опыт педагогической антропологии / К.Д. Ушинский. М.: - 2012
16. <http://lib-5.ru/urok3/urok-268557.php>.
17. <https://odetkach.ru/analizy/analiz-adaptatsii-detej-rannego-vozrasta-dou>
18. <http://zdravotvet.ru/simptomy-giperaktivnosti-u-rebenka-korrekcija-rekomendacii-dlya-vzroslyx>
19. https://users.antiplagiat.ru/go?to=dVbMXlSiZE4sCgXU_CdgesCe9llLzwGz_H_K_rSH2npWgn3kH0FN0VIVw54TZAAsV4BF60c7uknVBMGUCI8VWmgF

- [IxRLK2INBkBFd43iFvKC5AIj6jOlqImDgaXPw6lEyHWHUmE_6NArIFGTXZMw7tl51n9aAOfDT_OKAIGuoPo1&next=do](http://ixRLK2INBkBFd43iFvKC5AIj6jOlqImDgaXPw6lEyHWHUmE_6NArIFGTXZMw7tl51n9aAOfDT_OKAIGuoPo1&next=do)
20. <http://paidagogos.com/?p=7745>
 21. <http://brest.maminforum.com/viewtopic.php?id=1074&p=2>.
 22. <http://uchebilka.ru/filosofiya/212076/index.html>
 23. [http://idoorway.mirtesen.ru/blog/atom?comments_ids\[0\]=42100789052&page=6](http://idoorway.mirtesen.ru/blog/atom?comments_ids[0]=42100789052&page=6)
 24. <https://studfiles.net/preview/4654257/page:13/>
 25. http://bib.convdocs.org/v9059/целуйко_в.м._неполная_семья
 26. http://www.nnre.ru/psihologija/supruzheskaja_perestrelka_s_uletnym_ishodom_kak_spasti_otnosheniya_i_stoit_li_yeto_delat/p3.php
 27. <http://ayverso.at.ua/news/2016-08-01-11308>
 28. <http://davaiknam.ru/text/polovoe-vozpitanie-doshkolenikov-v2>
 29. <http://pedportal.net/po-tipu-materiala/dlya-roditeley-doshkolnye-nachalnye-starshie-klassy/quot-mify-i-realnost-o-detskoy-seksualnosti-quot-875432>
 30. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2015/04/26/что-делат-esli-rebyonok-kusaetsya>
 31. <https://o-detyah.ru/razvitie-detej/kusayushhiesya-deti>
 32. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2018/09/18/pamyatka-dlya-roditeley-rebenok-v-detskom-sadu-ne>
 33. <http://pandia.ru/text/78/211/74450.php>

Родители – главные воспитатели своих детей
(портфель методических рекомендаций в помощь молодым родителям)

Методическое пособие

Авторы-составители:

Надежда Юрьевна Яблонцева
Ольга Николаевна Бабитинская
Татьяна Валерьевна Гольцева
Инна Иннокентьевна Копылова
Олеся Евгеньевна Бобкова
Елена Анатольевна Скутарь