

Советы для родителей

ДЕТИ УЧАТСЯ ЖИТЬ У ЖИЗНИ:

Если ребенка постоянно **критикуют** — он учится **ненавидеть**.

Если ребенок живет **во вражде**, он учится — быть **агрессивным**.

Если ребенка **высмеивают** — он становится **замкнутым**.

Если ребенок **растет в упреках** — он учится жить с **чувством вины**.

Если ребенок растет в **терпимости** — он учится **понимать** других.

Если ребенка **хвалят** — он учится быть **благородным**.

Если ребенок растет в **честности** — он учится быть **справедливым**.

Если ребенок растет в **безопасности** — он учится **верить** в людей.

Если ребенка **поддерживают** — он **учится ценить** себя.

Если ребенок живет в **понимании и дружелюбии** — он учится **находить любовь** в этом мире.

10 ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

*Никогда не занимайтесь воспитанием детей в плохом настроении.

*Ясно определите, чего вы хотите от ребенка, и объясните это ему, а также узнайте, что он думает по этому поводу.

*Предоставьте самостоятельность. Воспитывайте, но не контролируйте каждый шаг. Не подменяйте воспитание опекой.

*Не подсказывайте готового решения, а показывайте пути к нему и время от времени разбирайте с ребенком его правильные и ложные решения.

*Не пропустите момента, когда достигнут первый успех.

*Своевременно сделайте замечание, оцените поступок, а затем сделайте паузу — дайте осознать услышанное.

*Главное — оценивать поступок, а не личность.

*Прикоснитесь к ребенку и тем самым дайте понять, что сочувствуете его ошибке, верите в него, несмотря на оплошность.

*Воспитание должно быть поэтапным.

*Воспитатель должен быть строгим, но добрым!

Советы родителям на каждый день

Родители в определении задач и поиске путей воспитания в своей семье должны исходить из знания индивидуальных особенностей своих детей. При этом следует учитывать, что каждому возрасту свойственны какие-то общие, типичные психофизиологические особенности, которые с неизбежностью проявляются у каждого ребенка, но сугубо индивидуально. Прежде всего необходимо иметь в виду, что для подростков наиболее характерно ярко выраженное стремление к самостоятельности и самоутверждению.

Говорите сыну или дочери: «Людям должно быть с тобою легко». Не бойтесь повторять это.

Когда вы браните ребенка, не употребляйте выражений: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня что-то сделал не так, об этом и скажите ему.

Не расставайтесь с ребенком в споре, сначала помириться, а потом идите по своим делам.

Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все-таки, как хорошо у нас дома».

Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».

Наши разговоры с детьми нередко бедны, поэтому каждый день читайте с детьми вслух (даже с подростками) хорошую книгу, это сильно обогатит ваше духовное общение.

В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.

Причины неповиновения детей

Психологи выделили четыре основных подспудных причины серьезных нарушений поведения детей.

ПЕРВАЯ — борьба за внимание. Если ребенок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и благополучия, то он находит свой способ его получить: непослушание. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания... Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внимание все-таки получено, лучше такое, чем никакого.

ВТОРАЯ - борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской опеки. Детям особенно трудно, когда родители общаются с ними, в основном, в форме замечаний, опасений, указаний. Ребенок начинает восставать. Он отвечает упрямством, действиями. Смысл такого поведения — отстаивать право самому решать свои дела, показать, что он личность. Не важно, что его решение подчас не очень удачное, даже ошибочное. Зато оно свое, а это главное!

ТРЕТЬЯ - желание отомстить. Дети часто обижаются на родителей. К примеру: родители более внимательны к младшему; мать разошлась с отцом; в доме появился отчим; родители постоянно ссорятся... Много единичных поводов: резкое замечание, несправедливое наказание. В глубине души ребенок переживает, а на поверхности — протесты, непослушание, неуспеваемость в школе. Смысл плохого поведения: «Вы сделали мне плохо, пусть и вам будет тоже плохо!»

ЧЕТВЕРТАЯ — потеря веры в собственный успех. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, ребенок уверенность теряет в себе, у него складывается низкая самооценка. Он может прийти к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». При этом внешним поведением он показывает, что ему «все равно», «и пусть плохой», «и буду плохой». Выявить истинную причину непослушания и плохого поведения довольно просто, хотя способ может показаться парадоксальным. Родителю нужно обратить внимание на собственные чувства. Если ребенок борется за внимание — появляется раздражение. Если подоплека стойкого непослушания — противостояние воле родителя, то у него возникает гнев. Если скрытая причина — месть, то ответное чувство у родителя — обида. При глубинном переживании ребенком своего неблагополучия родитель попадает во власть чувства безнадежности, а порой и отчаяния. Что же делать дальше? Общий ответ на вопрос — не реагировать привычным образом, т. к. образуется порочный круг. Чем больше взрослый недоволен, тем больше ребенок убеждается: его усилия достигли цели. И он возобновляет их с новой энергией. Взрослому нужно уяснить, что именно он чувствует и перейти к позиции помощи.

Если идет **борьба за внимание**, взрослому нужно оказывать ребенку положительное внимание. Придумать какие-нибудь совместные занятия, игры, прогулки.

Если источник конфликтов - **борьба за самоутверждение**, то следует, наоборот, уменьшить свою включенность в дела ребенка. Для него очень важно накапливать опыт собственных решений и даже неудач. Больше всего поможет избавиться от излишнего давления и диктата понимание, что упрямство и своеволие ребенка — лишь раздражающая вас форма мольбы: «Позвольте же мне жить своим умом».

Если вы испытываете **обиду**, то нужно спросить себя: что заставило ребенка причинить ее вам? Какая боль у него самого? Чем вы обидели или постоянно обижаете его? Поняв причину, ее надо исправить.

Самая трудная ситуация у **отчаявшегося родителя и разуверившегося в своих силах ребенка**. Нужно перестать требовать «полагающегося» поведения, «сбросить на нуль» свои ожидания и претензии. Наверняка ребенок что-то может, у него есть к чему-то способности. Найдите доступный для него уровень задач и начните движение вперед. Организуйте с ним совместную деятельность, сам выйти из тупика он не сможет. При этом ребенка нельзя критиковать. Ищите любой повод, чтобы его похвалить, отмечайте любой, даже самый маленький успех. Постарайтесь подстраховывать его, избавлять от крупных провалов. Необходимо поговорить с учителями и сделать их союзниками. Вы увидите: первые же успехи окрылят ребенка.

Итак, главные усилия надо направить на то, чтобы переключить свои отрицательные эмоции (раздражение, гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия, что важно знать в начале: при первых попытках улучшить взаимоотношения ребенок может усилить свое плохое поведение! Он не сразу поверит в искренность ваших намерений и будет проверять их.

Рекомендации родителям учащихся 1-4 классов:

*Ежедневно интересуйтесь школьными делами детей, проявляя внимание и терпение. При этом не ограничивайтесь дежурными вопросами: «Что получил?», «Как дела?», а расспрашивайте о чувствах, настроении, проявляйте эмоциональную поддержку и т. д.

*Не скупитесь на похвалу, замечайте даже самые незначительные, на Ваш взгляд, достижения ребенка, его посильные успехи. При встрече с неудачами в учебе старайтесь разобраться вместе, найти выход, предвидеть последствия действий. Не запугивайте ребенка, страх не активизирует его деятельность.

*Развивайте любознательность, поощряйте любопытство, удовлетворяйте его потребность в знаниях. Давайте ребенку как можно больше сведений и не забывайте, что до 7 лет усваивается около 90% основополагающей информации о мире и примерно столько же важнейших жизненных навыков. На всю оставшуюся жизнь приходится только 10%.

*Покупайте и дарите книги, пластинки, картины. Читайте вслух, предлагайте ребенку почитать Вам, обсуждайте прочитанное. Определяйте с ним программу чтения на неделю, месяц и помогайте осуществить, поощряйте ее выполнение.

*Помогайте ребенку выполнять трудные задания, предлагайте выход из сложной ситуации, но не забывайте давать ему возможность самому найти выход, решение, совершить поступок.

*Будьте доброжелательными к одноклассникам, не запрещайте делать вместе уроки, так как замечено, что индивидуально предпочитают работать отличники, а средне- и слабоуспевающим нравится заниматься парами, группами. К тому же известно: тот, кто учит, учится сам.

*Активно слушайте своего ребенка, так как выявлено, что рассказ самому себе вызывает психическую травму. Пусть он пересказывает прочитанное, увиденное, делится впечатлениями о прожитом.

*Не говорите плохо о школе, не критикуйте учителей в присутствии ребенка, создавайте у него позитивное, положительное отношение к школе.

*Принимайте участие в делах класса и школы. Ребенку будет приятно, если школа станет частью Вашей жизни. Ваш авторитет повысится.

Рекомендации родителям учащихся средних и старших классов

*Постарайтесь создать условия, облегчающие учебу ребенка:

бытовые: хорошее питание, щадящий режим, полноценный сон, спокойная обстановка, уютное и удобное место для занятий и т.п.;

эмоциональные: проявляйте веру в возможности ребенка, не теряйте надежду на успех, радуйтесь малейшим достижениям, высказывайте любовь и терпение в ожидании успеха, не оскорбляйте его в случае неудачи и т. п.;

культурные: обеспечьте ребенка справочниками, словарями, пособиями, атласами, книгами по школьной программе, кассетами; используйте магнитофон для учебных занятий, вместе смотрите учебно-познавательные программы по ТВ, обсуждайте увиденное и т.п.

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

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

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

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

*Не оставляйте без внимания свободное время ребенка, помогите сделать его полезным и содержательным, принимайте участие в его поведении.

*Не сравнивайте своего ребенка и его успехи с другими, лучше сравнить его с самим собой — это более обнадеживает.

*В средних классах подростки могут совместно выполнять домашнюю работу. Это повышает ответственность — ведь знания делают не только для себя, но и для других. Наберитесь терпения, когда они занимаются даже по телефону: уточняют, обсуждают, спорят.

*Пытаясь объяснить разные способы решения задачи, не отказывайтесь от своего решения. Это стимулирует активность школьника.