

# РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ от старшего воспитателя.

## На пороге детского сада!

### Памятка для родителей детей, поступающих в детский сад!

1. Не обсуждайте при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.
2. Как можно раньше проведите оздоровительные мероприятия, которые назначил врач.
3. Заранее узнайте все новые моменты в режиме дня в детском саду и введите их в режим дня ребенка дома.
4. Настраивайте малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.
5. Учите ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
6. Готовьте вашего ребенка к временной разлуке с вами и дайте понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.
7. Не нервничайте и не показывайте свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.

### Как нужно вести себя родителям с ребенком, когда он начал впервые посещать детский сад:

- Собираясь в детский сад, рассказывайте, что интересное ждет ребенка в новом месте, делитесь с ним своими планами.
- Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.
- По договоренности с воспитателями начните приводить ребенка на небольшое время – часа на 2 или до прогулки, постепенно увеличивая время пребывания ребенка в садике.
- Расставаясь с малышом быстро, доверяйте его воспитателям. Ведь долгие прощания могут вызвать или тревогу у ребенка, или дать надежду, что маму можно удержать и не отпустить.
- Приходя за ребенком, не проявляйте обеспокоенность, не выясняйте у него, насколько плохо и грустно ему было, много ли плакал (это лучше выяснить у воспитателя). Похвалите, за то, что он провел время с ребятами в детском саду, поинтересуйтесь, что успел сделать.
- Создайте в воскресные дни дома для него режим такой же, как и в детском учреждении.

— Как можно раньше сообщите врачу и воспитателям о личностных особенностях малыша.

— Уделяйте ребенку больше своего времени, играйте вместе, каждый день читайте малышу.

— Проследите настроение ребенка, его состояние, когда он начнет проводить в детском саду целый день. Если он покажется очень уставшим, то старайтесь его забирать немного пораньше.

— Эмоционально поддерживайте малыша: чаще обнимайте, поглаживайте, называйте ласковыми именами.

### **Если ребенок не слушается!** (Консультация для родителей.)

Часто родители жалуются, что не смотря ни на какие доводы, дети всё-таки не слушаются. Как быть? И наказывать ли вообще?

Безусловно, в тех случаях, когда это необходимо, наказывать можно и нужно. Но важно помнить, что чаще всего наказанием не достигается основная цель педагогического воздействия – осознание ребёнком своего поступка, раскаяния в сделанном.

Следует из того что дети не рождаются упрямыми и своевольными, а становятся такими в процессе не правильного воспитания, в результате ошибок и неблагоприятных условий, за которые полной мере ответственны родители.

Если наказание не справедливо, оно обычно только озлобляет, оскорбляет ребёнка или пугает его. Поэтому не следует прибегать к наказанию с горяча, не обдумав его последствий и не поняв причин поступка.

Некоторые применяют физическое наказание. Физические наказания убивают в детях тонкость, растлевают морально, толкая на ложь и подхалимство, делают бездушными и бессердечными.

Ребёнок ненавидит того кто бьёт, хотя и бессилён в данный момент выразить свои чувства. Но пройдёт время, и жестокость отца или матери обернётся против них самих. Жестоко обращаясь с ребёнком, можно вырастить из него человека озлобленного, черствого, лживого труса и подхалима.

Есть много эффективных мер воздействия на ребёнка: убеждение, строгий выговор, лишение на определённое время играть, заниматься интересным делом.

Одно их эффективных средств влияния взрослого на ребёнка – это любовь, ласка и внимание к нему близких. Дети испытывают органическую

потребность в ласке и любви. Самые светлые воспоминания детства связаны с ощущением счастья от того, что тебя кто – то безгранично любит, заботится о тебе. И, может быть, ребёнка, а потом и взрослого человека, от личных опрометчивых поступков удерживает именно это светлое воспоминание, боязнь огорчить человека, доставившего ему столько неповторимой радости. Ребёнок должен расти радостным и весёлым.

## ПАМЯТЬ ПЕРВЫХ ЛЕТ

За девять месяцев внутриутробного развития еще не рожденный человечек переживает широкую гамму эмоций и ощущений, которые «записываются» его мозгом посредством связей между нейронами (все клетки головного мозга формируются у ребенка еще до его рождения, но лишь немногие из них соединены между собой) и в дальнейшем повлияют на его жизнь. Так как основные структуры головного мозга, необходимые для заполнения, уже сформировались. Установлено, что малыши с большим вниманием прислушиваются к стихам или сказкам, которые их мамы учили или читали во время беременности. Это доказывает, что кроха, еще находясь во чреве матери, запоминает то, что слышит и помнит это после рождения. Известно, что будущему ребенку передаются эмоции мамы. Исследования показали, что в организме плода происходят положительные гормональные изменения, когда мать думает о нем, разговаривает с ним или «ласкает», глядя свой живот. В противном случае – результат обратный.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о своей внутриутробной жизни, если:

Все девять месяцев вы будете разговаривать со своим ребенком, наслаждаясь новыми ощущениями, заботиться о нем, избегать конфликтных ситуаций и т. п.

Подарите себе минуты спокойствия, отдыхая от работы и домашних дел и посвящая это время себе и будущему малышу.

Каждое утро перед завтраком вы будете подходить к зеркалу и громко говорить: «Если я чувствую себя счастливой, то и мой малыш счастлив, поэтому я буду беречь себя, чтобы и моему крохе было хорошо».

## 1 ГОД

Новорожденный запоминает ощущения. С первых мгновений своей жизни малыш запоминает ощущение от прикосновения вашей щеки к его личику, от тепла солнечных лучей и дуновения ветерка. Когда он вырастет, он уже не будет это помнить, но ощущение того, что в детстве он был любимым и желанным, поможет ему быть уверенным в себе и считать, что жизнь прекрасна.

Память ребенка развивается достаточно быстро. И уже через несколько недель малыш радуется, когда вы берете его из колыбельки, потому что знает, что за ним последует нежность ваших рук, ласка, кормление... Ваш

малыш уже помнит ваш запах и ваш голос, благодаря чему и выделяет вас среди других людей. Примерно в семь-восемь месяцев он начнет узнавать вас в лицо и бояться незнакомых ему людей. Этот страх непосредственно связан с процессом развития памяти, и он абсолютно естественен. В этом возрасте кроха пугается, когда теряет маму из вида, потому что на данном этапе то, что находится вне поля его зрения, для него просто не существует.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о первом годе своей жизни, если:

Вы будете заботиться о нем: ежедневно делать массаж, щекотать, купать, ведь в это время малыш в основном запоминает свои физические ощущения. Часто петь ему песенки, разговаривать с ним, медленно повторяя слова, чтобы малыш мог «прочитать» губами, как вы произносите звуки, и вслушаться в интонацию: это нужно, чтобы впоследствии ребенок научился правильно говорить.

Установите для крохи определенный распорядок дня, чтобы он запомнил время кормления, прогулки, купания и сна... Это также способствует развитию памяти, и вы сами удивитесь, сколько предметов, лиц и игр может удерживать в памяти ваш ребенок, несмотря на свой небольшой возраст.

## ДВА ГОДА – возраст ассоциаций

В этом возрасте ребенок уже способен соотносить некоторые вещи и события между собой: дома у тети малыш ищет котенка, который обычно сидит на кухне, он понимает, что едет в гости к бабушке и дедушке, потому что узнает парк, который находится рядом с их домом, и т. д. Дети, словно губки, впитывают в себя всю возможную информацию. Некоторые из них даже в состоянии помнить мельчайшие детали и то, что произошло с ними несколько недель назад. Однако, как правило, взрослея, ребенок постепенно забывает об этом.

К этому возрасту у вашего ребенка уже сложилось некое представление о вашей внешности, поэтому, когда вы приходите из парикмахерской с новой прической, малыш с удивлением вас изучает, ведь вы не вписываетесь в сложившийся образ.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о втором годе своей жизни, если:

В вашей семье будут присутствовать некие ритуалы. Например, перед тем как укладывать ваше сокровище спать, вы можете поиграть в какую-нибудь спокойную игру, потом искупать малыша, почитать ему на ночь сказку... Такие ритуалы дают ребенку чувство уверенности и развивают память и ассоциативное мышление.

Каждый день обучать кроху новым словам.

Вместе рассматривать яркие книжки с картинками и вообще проводить как можно больше времени всей семьей.

## ТРИ ГОДА: путь во взрослую жизнь

Первые конкретные воспоминания относятся, как правило, именно к этому возрасту, когда ребенок уже умеет достаточно хорошо говорить. Все, что с ним происходит, — это теперь не просто ощущения, а конкретные ситуации, которые малыш может описать словами, таким образом снова переживая их.

Основными воспоминаниями являются события, сильно потрясшие воображение малыша, например, рождение братика или сестренки, первая встреча с Дедом Морозом или поход в зоопарк. Как правило, ребенок помнит эти события в мельчайших подробностях: что он слышал, видел, чувствовал при этом. Однако малыш помнит и обычные, ничем не примечательные дни своей жизни (прогулки, еду, детский сад).

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о третьем годе своей жизни, если:

Вы будете интересоваться всем, что малыш делает в течение дня: чем он занимался в детском саду или с бабушкой, пока вы были на работе, с кем он играл во время прогулки в парке, что ел...

Время от времени готовить вашему сокровищу какой-нибудь приятный сюрприз, например, разрешить ему пойти с вами в гости.

## 4-5 ЛЕТ

Когда ребенку исполняется четыре-пять лет, он уже обладает почти такой же памятью, как и взрослый человек, хотя ее еще, безусловно, нужно развивать. Малыш помнит многое из того, что произошло с ним в прошлом, хотя эти воспоминания не всегда совпадают с реальными событиями, потому что детская фантазия вносит свои коррективы в восприятие происшедшего. Впрочем, такое происходит и со взрослыми, хотя и реже.

У вашего малыша останутся хорошие воспоминания о четвертом и пятом годах своей жизни, если:

Вы будете рассказывать вашему малышу, каким он был, когда родился, как он учился ходить, говорить и как менялся на протяжении этих лет.

Показывать ему семейные фотографии и видео.

Составьте небольшой альбом о жизни малыша с рисунками, фотографиями, забавными историями, в который он сможет заглядывать время от времени, когда подрастет.

Что лучше запоминает ребенок: хорошее или плохое?

Родителей очень волнует вопрос, что же малыш запомнит из своих детских лет: неделю, проведенную в больнице или отдых с родителями на море, первый день в детском саду или страх темной комнаты. Дать однозначный ответ на этот вопрос нельзя, ведь все зависит от характера конкретного ребенка и того, как ведут себя в той или иной ситуации родители. Возможно, что благодаря взрослым малыш с легкостью перенесет трудные моменты

своей жизни, и они не станут для него трагедией. В этом случае кроха лучше запомнит хорошее, чем плохое. Да и вообще у людей, за редкими исключениями, обычно о детстве бывают только хорошие воспоминания (кто бы из нас ни хотел вернуться в ту беззаботную, счастливую пору!?). А дети вдвойне обладают удивительной способностью запоминать хорошее и даже в плохом видеть положительные стороны, так что со временем грустные воспоминания стираются из их памяти и остаются только радостные и приятные. Так же как все страхи беременности и боль при родах отступают, когда мать прижимает к себе своего ребенка.

### **Кто такой психолог и зачем к нему идти? (информация для заботливых родителей)**

Психолог — это специалист (скажет вам любой), который занимается со здоровыми детьми и взрослыми.

**Чем отличается от педагога?** Не учит!

**Чем отличается от врача?** Не лечит!

Самое главное: психолог — это не психиатр. Он не ставит страшные диагнозы, не говорит неприятные слова и не прописывает горькие таблетки. А что делает? Исследует особенности эмоционально-волевой, познавательной и личностной сфер ребенка и, если есть проблемы, помогает их решить.

### **Когда к нему надо обращаться?**

— Если ваш ребенок — нужный и значимый для вас человек, и вы хотите вместе с ним полноценно прожить период детства.

— Если ваш ребенок скоро идет в школу, и вы хотите узнать, готов ли он к обучению и какую школу лучше выбрать, исходя из его способностей, а не только ваших потребностей.

— Если ваш ребенок «сводит вас с ума».

— Если вы не знаете «что с ним делать».

— Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка (агрессивность, конфликтность, капризы, упрямство, страхи).

— Если вашему ребенку трудно сосредоточиться, удержать внимание. Если у него плохая память и низкая успеваемость в школе.

— Если ваш ребенок вступил в беспокойный подростковый возраст.

— Если вы просто хотите побольше узнать об особенностях развития ребенка, помочь ему гармонично развиваться и быть самим собой.

Что же сделает психолог?

Проведет диагностику и на первой консультации определит, что поможет вам и вашему ребенку справиться с возникшими трудностями.

### **Что он может предложить?**

Взрослым — индивидуальные и семейные консультации, групповые тренинги .

Детям — индивидуальные и групповые развивающие и коррекционные занятия, на которых ребенок ... просто играет (так кажется со стороны). А на самом деле, на этих занятиях создаются условия для выражения чувств, состояний, эмоций ребенка. Ребенок учится строить отношения с другими людьми и избавляться от психологических трудностей. Переживание моментов творчества в игре, рисовании, лепке, драматизации дает ребенку силы для преодоления препятствий и решения конфликтов.

Ребенок получает опыт принятия себя таким, какой он есть — без всяких условий, сравнений, нотаций и ограничений. А этот опыт, как ни парадоксально, помогает ему понять и принять правила, ограничения и запреты, научиться принимать себя, выражать свои чувства и желания, а значит стать более зрелой и интересной личностью.

### **«Как корректировать поведение ребенка»**

#### **Рекомендации родителям**

1. Четко представьте себе свои задачи, чего вы добиваетесь от ребенка.
2. Убедитесь в том, что все, кто занимается воспитанием ребенка, знают и разделяют ваши задачи.
3. Решите, что должно последовать за нежелательным поступком малыша. Ваша реакция на поступок ребенка должна подавить в нем стремление снова повести себя дурно.
4. Реагируйте на нежелательное поведение малыша немедленно. Запоздалая реакция с вашей стороны может оказаться бессмысленной и привести ребенка в замешательство. Происшествие должно быть свежо в памяти ребенка.
5. Будьте постоянны в своих действиях. Каждый раз, заметив тот или иной нежелательный поступок ребенка, старайтесь, по возможности, реагировать одинаково.
6. Будьте готовы к тому, что поведение малыша, прежде чем стать лучше, может стать хуже. Когда малыш почувствует, что вы реагируете на его поведение по-разному, он захочет поэкспериментировать. Вот почему важно, чтобы любой ваш новый подход был неизменным, по крайней мере, 2 недели. Когда вы убедите ребенка, что вы настроены совершенно серьезно, начнут появляться положительные результаты. Постоянная «перекройка» вашего подхода может лишь усугубить проблему, так как малыш поймет, что решение взрослого всегда можно как-нибудь изменить.

7. Поощряйте хорошее поведение ребенка. Это так же важно, как и реагировать на плохое поведение, однако не всегда легко бывает вспомнить, что это нужно сделать. Ребенок должен знать, что вы плохо относитесь не к нему, а к некоторым его поступкам, и чтобы быть в этом уверенным, ему необходимо слышать ваши похвалы за хорошие поступки.
8. Для того, чтобы на смену дурным поступкам малыша могли прийти хорошие, сформируйте у него позитивные умения. Реагируя определенным образом на плохое поведение малыша, одновременно начинайте активно заниматься с ним решением позитивных задач. По возможности, учите малыша непосредственно тогда, когда он совершит проступок.
9. Привлекайте к решению задач по корректировке поведения малыша всех заинтересованных в этом людей. Каждый, кто общается с ребенком, для того, чтобы справиться с его «трудным» поведением, нуждается в какой-то стратегии, поэтому не будет большого греха, если вы попросите близких и педагогов использовать вашу стратегию. Очень важно, чтобы все, кто так или иначе связан с малышом, хвалили его за хорошее поведение и поощряли использование новых навыков.

### **Как изменить поведение ребенка к лучшему?**

Для любого ребенка плохое поведение прежде всего форма коммуникации. Для ребенка с особыми нуждами это может быть едва ли не единственный (и возможно наиболее эффективный) способ привлечь к себе внимание и сообщить о своих нуждах. Поэтому если ребенок плохо себя ведет попытайтесь понять, что он хочет «сказать» этим.

Анализируя поведение ребенка воспользуйтесь правилом «трех П».

1. Причина (что привело к плохому поведению ребенка)
2. Поведение (что делает ребенок и какую реакцию это вызывает у вас)
3. Последствие (что получает ребенок в результате своего поведения)

Дурное поведение в различных ситуациях может означать: «не знаю как справиться с этой ситуацией», «мне нужно твое внимание», «это для меня слишком трудно», «хочу заняться чем-нибудь другим», «я устал»...

Вот несколько способов, которые помогут Вам справиться с нежелательным поведением ребёнка и научить его другим, более приемлемым в обществе способам сообщить о себе.

- **Учитесь говорить «НЕТ» твердо, но без раздражения**

Когда ребенок делает нечто не приемлемое, например (бьет другого ребенка или ломает игрушки) надо твердо, но без раздражения сказать нет, не стоит выходить из себя и поднимать шум это либо смутит или испугает ребенка,

либо принесет ему удовлетворение. Просто дайте ему понять, что так вести себя не следует, и вы такого поведения не потерпите.

Затем постарайтесь отвлечь вашего ребенка и предложить ему какую-либо игру или альтернативный способ поведения. Например, если ребенок дергает за волосы других детей скажите нет, а затем объясните, что дергать людей за волосы нельзя, а вот погладить по голове можно.

- **Вознаграждайте хорошее поведение и игнорируйте плохое.**

Это может показаться не справедливым, если мы хвалим детей за хорошее поведение, то должны ругать, когда он ведет себя плохо. Но дело в том, что для ребенка брань и наказание тоже своего рода награда. Плохим поведением он стремится, прежде всего, привлечь внимание родителей. Ваша задача доказать, ребенку, что этот метод не работает.

Важно запомнить часто мы хвалим ребенка, когда он проявляет успехи, ругаем его, когда он плохо себя ведет, но принимаем как должное если он делает то, что полагается, хотя в сущности это и есть хорошее поведение. Хвалите вашего ребенка, даже если он делает хорошо что-то не сложное (не вмешивается в разговор старших или спокойно ведет себя в транспорте).

Если ребенок устраивает истерику, чтобы добиться своего не обращайтесь на это внимание, не успокаивайте ребенка, не стыдите его, и не старайтесь урезонить, просто подождите, когда припадок пройдет. И, разумеется, ни в коем случае не выполняйте требование ребенка, иначе он поймет, что истерика это хороший способ получить желаемое и начнет этим методом эффективно пользоваться.

- **Предотвращайте плохое поведение.**

Анализируя дурное поведение ребенка по правилу трех П можно заметить что ребенок «срывается» в определенных ситуациях и по возможности предупреждать. Например, если ребенок начинает плохо себя вести, когда ему становится скучно, лучший способ избежать скандала, вовремя предложить ему смену занятия

Некоторые ситуации, провоцирующие плохое поведение, неизбежны и вам придется научиться с ними справляться. В случае, когда такой ситуацией не избежать постарайтесь заранее найти, чем можно отвлечь ребенка. Например, в длительной поездке на общественном транспорте можно брать любимые игрушки ребенка.

Возможно, будет полезно вести записи о поведении ребенка. Анализируя эти записи, вы сможете определить типичные ситуации, в которых ребенок плохо себя ведет и соответственно этому выработать стратегию.

- **Будьте настойчивы и последовательны в установке правил.**

Если вы сказали нет, то должны твердо придерживаться своего решения, уступая просьбам и настояниям ребенка вы сами себе расставляете ловушку. Например, если ребенок постоянно просит сладкое, а вы даете ему в определенное время (например, после еды) а в остальное время отвечаете твердым нет, ребенок это усваивает и смиряется с этим. Если вы время от времени уступаете малыш понимает, что сладости можно получать когда угодно, достаточно, лишь погромче и подольше вопить.

Ребенку необходимо знать правила поведения, установленные в семье, а для этого правила не должны ежедневно меняться. Поэтому, установив какое-либо правило важно постоянно его придерживаться. Если вчера вы разрешали ребенку прыгать на диване, запретить это сегодня будет проблематично.

По началу вам может показаться, что поведение вашего ребенка ухудшилось. Не пугайтесь. Ребенок просто проверяет ваши правила на прочность. Если требования будут постоянными, то рано или поздно ребенок к ним привыкнет. Также следите, чтобы ваши требования не противоречили требованиям остальных членов семьи. Для этого взрослым членам семьи желательно заранее обговорить, устанавливаемые в доме правила.

- **Реагируйте немедленно**

На плохое поведение следует реагировать немедленно, иначе ребенок не поймет, что вы от него хотите. Например, если ребенок в гостях таскает еду из чужих тарелок, не ждите возвращения домой. Сразу, как только вы это заметили, скажите ребенку что так делать нельзя. Запоздалый выговор как плохо ты вел себя в гостях, ничего ему не скажет и даже конкретное замечание «как не хорошо, что ты забрал пирожное у Вани» скорей всего окажется бесполезным, несколько часов спустя ребенок об этом пирожном уже не вспомнит.

- **Конкретизируйте похвалу.**

Когда вы хвалите вашего ребенка или делаете ему замечание, необходимо указывать что именно вызвало у вас такую реакцию. Вместо неопределенного «хорошая девочка» или «плохой мальчик» следует сказать «молодец ты сегодня очень аккуратно кушаешь» или «это не хорошо дергать Машу за волосы» ребенок должен понимать, за что именно его хвалят или наказывают. Кроме того, для самооценки ребенка важно, чтобы критиковался не он сам, а его поведение, иначе, усвоив что он – «плохой ребёнок», Ваш малыш начнёт стараться соответствовать именно этому, негативному, образу.

- **Предлагайте другие формы поведения, взамен нежелательных.**

Если ребенок усвоил модель поведения, которую вы бы хотели изменить предложите ему альтернативу. Например, если ваш ребенок обнимает и целует всех без разбора, научите его говорить «здравствуйте» или здороваться на языке жестов. Когда малыш прыгает на мебель это терпимо,

но когда ребёнок подрастет, следует отучать его от этой привычки. Попробуйте отучать его постепенно: сначала попросите его не прыгать на креслах, оставив ему кровать, после, когда навык закрепиться можно будет предложить ребенку батут на детской площадке или сетку от старой кровати на дачи. Если у вашего ребенка есть навязчивый повторяемый ритуал, не стремитесь отучить ребенка от всех навязчивых действий, боритесь только с теми из них, которые опасны и не допустимы в обществе. Заставить ребенка отказаться от таких действий вообще не возможно, на месте запрещенных тут же разовьются новые.

- **Оставляйте возможность выбора.**

Ребенок нуждается в возможности выбора, однако выбор должен соответствовать его уровню развития и быть ему понятен. Нет смысла спрашивать у ребенка какая страна живописнее Франция или Испания. Если он не о той или другой ничего не знает, а вот выбрать между красной и желтой футболкой или прогулкой в парке и просмотром телевизора он вполне способен.

Нельзя предлагать ребенку выбор, если вы знаете, что осуществима лишь одна возможность, и не стоит предлагать выбор, тут же навязывая свой вариант. Если реального выбора нет, не создавайте видимость выбора, а просто сообщите ребенку о том, что будете делать.

Возможность выбора в разумных и доступных ребенку пределах (что есть на завтрак какую игру играть, к кому пойти в гости и т.д.) повышает самооценку ребенка и укрепляет его способность принимать решения. Очень важно признавать и уважать вкусы и желания ребенка. Ребенок, лишенный возможности выбирать в дальнейшем может стать пассивно-подчиняемым или наоборот упрямым и агрессивным.

- **Ищите позитив.**

Даже сталкиваясь с проблемным поведением ребенка, старайтесь сохранять позитивный настрой. Пусть на каждое критическое замечания в адрес ребенка находится положительное (ты молодец, что сам заправил кровать, но давай мы еще красиво сложим подушки). Старайтесь не ругать вашего ребенка сразу после пробуждения и перед отходом ко сну.

Если вы непрерывно говорите ребенку «нет» в конце концов он начнет вас игнорировать. Немногочисленные, но четко установленные правила действуют гораздо сильнее, чем непрерывные запреты и упреки.

Ребенок с проблемами в поведении может чрезвычайно утомлять и раздражать родителей. Найдите занятия, которые нравятся вашему ребенку, и во время которых он ведет себя хорошо и, как можно чаще, выделяйте время для этих занятий. Чтобы вы и ваш ребенок в процессе общения испытывали как можно больше положительных эмоций.

- **Информируйте ближайшее социальное окружение ребёнка**

Посторонние люди не осведомленные о том, какие проблемы ребенка влияют на его поведение, могут ошибочно оценивать его как хулигана или плохо воспитанного. В таком случае, родителям приходится иметь дело с двойным стрессом. Помимо самого поведения ребенка их расстраивает реакция окружающих. Убедитесь что все люди имеющие дело с вашим ребенком (родственники воспитатели, няня) знают о проблеме вашего ребенка и проинформируйте их о правилах установленных в вашем доме и методах воспитания, которых вы придерживаетесь. Ребенку необходимо всегда и от всех получать одинаковые поведенческие установки.

Не беспокойтесь о том, как вы выглядите в чужих глазах. Думайте только о собственных интересах и интересах ребенка.

### **Как бороться с детской истерикой.**

Почти у всех детей от 1 года до 3 лет изредка бывают припадки истерии. В этом возрасте у ребенка появляются свои желания, он начинает чувствовать себя личностью. Когда ему что-либо запрещают, он сердится. Но он не нападает на родителей. Возможно, взрослые кажутся ему слишком большими и значительными. Ребенок кричит, топает ножками, размахивает руками, вот-вот упадет на пол.

**Что делать:** пристыдить, отшлепать, накричать? Или наоборот — приласкать?

#### **1. ПРОЯВИТЕ ВЫДЕРЖКУ**

Сделайте вид, что ничего страшного не происходит. Так вам и самим будет легче сохранить спокойствие, которое необходимо в данный момент. К тому же ровный голос, уверенные действия взрослого умиротворяюще действуют на ребенка, иногда этого бывает достаточно, чтобы и он утихомирится. Но только иногда. Чаще всего крик не утихает, слезы не прекращаются.

#### **2. НАЙДИТЕ ПРИЧИНУ**

Вспомните и проанализируйте все, что предшествовало истерике. Часто поводом столь бурного проявления эмоций послужил незначительный случай, а причина кроется в отдаленном прошлом. Ее обязательно надо найти и постараться нейтрализовать, иначе истеричность сформируется у ребенка как черта характера. А тогда будет совсем трудно и малышу, и взрослым. Одна из самых распространенных причин — последствия перенесенной болезни, в результате которой ослабла нервная система ребенка. К тому же во время болезни малыш был окружен повышенным всеобщим вниманием, а после выздоровления лишился его. Вот он и капризничает. Старается снова привлечь к себе внимание.

Глубинной причиной истерики может быть эмоциональное переутомление. Праздники, гости, посещение нескольких «елок» в течение двух недель...

Часто мы за несколько дней стараемся не развлекать ребенка «впрок», ломаем привычный режим его жизни, не задумываясь о негативных последствиях.

К эмоциональному переутомлению ведет и бесконечное сидение у телевизора, когда ребенок смотрит не только детские передачи, но и взрослые. Эпизоды драк, убийств, дикие крики и ругань героев невольно усваиваются ребенком как норма жизни, что отнюдь не способствует укреплению его нервной системы. В каждой семье есть проблемы, которые плохо влияют на состояние психики малыша. Проанализируйте их, посмотрите, как ребенок на них реагирует, постарайтесь «вычислить» те ситуации, когда его реакция неадекватна, излишне болезненна.

Если вы как следует разберетесь в основных причинах истеричности самого маленького члена вашей семьи, у вас появится возможность устранить или хотя бы смягчить их.

### 3. ЧТО ПОСЛУЖИЛО ПОВОДОМ

А повод может быть совсем пустяковым:

Собирались идти с ребенком на прогулку, но тут зазвонил телефон. Мама разговаривает с подругой, а полуодетый ребенок стоит около двери и ждет.

Одного ребенка погладили по головке, а другому сказали, чтобы он отошел.

Сломалась любимая игрушка.

Просто вспомнилась прежняя обида.

В детском саду или на улице ребенка кто-то передразнил.

Иногда же повод более серьезный — разлука с родными, смерть домашнего животного.

Невозможно перечислить все, что может привести к аффекту (так психологи называют состояние истерики).

### ПЕДАГОГИ СОВЕТУЮТ

**Как только вы заметите, что малыш действительно впал в истерику:**

- Попробуйте отвлечь его, обратите его внимание на какой-то яркий и интересный предмет.
- Используйте игрушку, которая в ваших руках тоже «заплачет или засмеется».
- Обратите внимание на умывающуюся кошку или играющую собаку.
- Если же поводом для истерики стало ваше невнимание, как в случае, когда наполовину одетый ребенок ожидал, пока мама поговорит по телефону, извинитесь перед ним (да, если вы не правы, вы должны

извиниться перед малышом!), и в следующий раз не допускайте такого неуважения. Ведь он — личность, с которой надо считаться.

- Развяжите у него все тугие завязки, пояс, расстегните верхние пуговицы на одежде.
- Умойте ребенка холодной водой. Очень полезно подставить кисти рук под струю воды. Постарайтесь, чтобы струя попадала на запястья, туда, где прощупывается пульс. Можно быть понастойчивей, если ребенок сам не хочет идти к умывальнику.
- Успокаивающие капли лучше не давать, так как они оказывают слабое наркотическое воздействие.
- Если ребенок продолжает всхлипывать, скажите ему: «Ну перестань. Все уже хорошо». Он наверняка устал, надо дать ему возможность успокоиться, отдохнуть.
- Не «сводите счеты» с малышом, не упрекайте его. Тем более — не наказывайте. Он уже наказан. Лучше подумайте, как в дальнейшем избежать подобных сцен.

### **СПУСТЯ НЕСКОЛЬКО ЧАСОВ**

Расскажите ребенку о том, как было неприятно и вам, и всем окружающим наблюдать его истерику. Договоритесь, что больше подобное не повторится. Сами же еще раз постарайтесь найти причину, вызвавшую аффект. Не кроется ли она в вашем поведении, в отношении к ребенку? Подумайте, может быть, вам следует заняться самовоспитанием.

### **ЛОЖНАЯ ИСТЕРИКА**

Часто дети лишь имитируют истерику, для того, чтобы добиться желаемого: ложатся на пол, кричат, требуют, чтобы им что-то купили, дали, разрешили и т.п. Если во время аффекта ребенок действительно не может сам контролировать себя и нуждается в помощи взрослых, то во время таких «концертов» он прекрасно владеет собой.

Правда, бывает, что малыш, изображая аффект, так входит в роль, что и впрямь становится неуправляемым, то есть ложная истерика переходит в настоящую. Если вы видите, что ребенок «играет на публику», сделайте вид, что вы его не замечаете. Уйдите в другую комнату, проявите твердость и выдержку. Как только ребенок поймет, что фокус не удался — слезы сразу высохнут. Зачем рыдать, если своего все равно не добьешься?