

Шпаргалка для родителей



- *Если ребёнок испытывает страхи.*
- *Если ребёнок упрямится.*
- *Если у ребёнка нет друзей.*

- ***Если ребёнок испытывает страхи.***

Страхи возникают потому, что у дошкольников сильно развито воображение, и потому, что как раз в этом возрасте в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно – не видно опасности, а если её не видно – я не смогу защитить себя». Дети переживают период конфликта с собой, когда они уже хотят быть независимыми и в то же время им ещё нужна защита взрослого.

Некоторые одарённые дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них сильно развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые невероятные взаимосвязи, и в то же время правильно относиться к ним ребёнок ещё не умеет.

Страх перед чудовищами может представлять собой проявление повышенной тревожности ребёнка.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них всё ещё остаётся далеко не во всём понятным.

Переживать страхи – это нормально, если только они не начинают мешать ребёнку играть, заводить друзей и быть самостоятельным (в разумных пределах).

Как предотвратить проблему.

Создайте у ребёнка ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним.

Относитесь с участием ко всем чувствам малыша, даже если вам не нравится, как он себя ведёт: «Я вижу, ты испугался. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».

Разными способами помогайте ребёнку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно поговорить о них, нарисовать, сочинить страшные истории и записать их.

Прочитайте книжки, лучше всего традиционные сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

Как справиться с проблемой, если она уже есть.

Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».

Никогда насильно не заставляйте ребёнка сделать то, чего он боится.

Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься темноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».

- ***Если ребёнок упрямится.***

Причинами такого поведения далеко не всегда являются личные особенности ребёнка. Чаще всего это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишаящих дошкольника инициативы и самостоятельности.

Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры». Что значит «упрямится»? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, как отзывается ребёнок на их просьбы и предложения.

Как справиться с проблемой, если она уже есть.

Если всё дело в ваших действиях – начинайте с себя. Пересмотрите ваши собственные требования к послушанию ребёнка. Выделите ему достаточное пространство для проявления самостоятельности, инициативы.

Измените свой словарь. Исключите выражения, подчёркивающие негативные стороны действий ребёнка: «опять ты упрямисься», «делаешь мне назло» и т.д. Напротив, используйте слова, подчёркивающие эффективность действия, инициативы малыша: «Ты решил сам надеть ботинки, и у тебя всё получилось», - характеризующие его лучшие стороны и достижения: «Я так рада, что ты не забыл положить щётку на место»; «Я люблю твоими игрушками – там такой порядок». Кому же не захочется повторять и повторять свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?

Попробуйте разобраться, чего не любит ребёнок и чем совершенно безболезненно для него и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребёнок категорически отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить это принятием душа? Следует также спросить его самого, что может сделать купание в ванне приятным.

Не пытайтесь «переупрямить» упрянца. Вы можете сдать быстрее, и тогда он и в другой раз найдёт, как применить свою власть над вами.

- ***Если у ребёнка нет друзей.***

Каждому человеку нужны друзья. Друзья для маленького ребёнка – это возможность вместе познавать окружающий мир – мир предметов, игр и человеческих отношений на доступном языке.

Отношения могут не складываться из-за стеснительности, неуверенности. Иногда дети не знают, что может быть интересно и привлекательно для других.

Как предотвратить проблему.

Помогите ребёнку почувствовать себя уверенным: говорите ему о том, что у него получается хорошо, какие его качества привлекательны для окружающих.

Расскажите, как вы приобретали друзей в детстве, в какие игры играли вместе с другими.

Подскажите, какими словами можно привлечь внимание другого ребёнка, как реагировать на отказ.

Во время прогулок во дворе или сквере побуждайте ребёнка подходить к играющим детям, заводить знакомых и друзей.

Приглашайте сверстников ребёнка в гости, обязательно придумывая какое-либо занимательное дело, например, совместную настольную игру.

Как справиться с проблемой, если она уже есть.

Не утешайте себя, что ваш ребёнок более развит, более серьёзен, чем его сверстники, и ему просто неинтересно и не нужно общение с ними.

Не думайте, что общение с вами, даже очень занимательное, способно полностью заменить детское общество.

Оглянитесь вокруг, подумайте, кого из ваших соседей, друзей и знакомых могут заинтересовать те знания и умения, которыми располагает ваш ребёнок, кому могут показаться привлекательными ваши домашние игры. Договоритесь с родителями этих детей о визите к вам. Помогите ребятам познакомиться, начать разговор или игру.

Возможно, ребёнок, долгое время изолированный от общества сверстников, поведёт себя несколько необычным образом.

Постарайтесь быть понимающими и снисходительными. Обязательно поговорите с ребёнком о его чувствах после визита гостей.