

Хотите, чтобы Ваш ребенок ходил в школу с удовольствием?

1. Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии детей.
2. Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения.
3. Вспомните сколько раз Вы сидели с ребенком и наблюдали за его работой над уроками, оказывали ему посильную помощь.
4. В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить ее, не обсуждая все подробности с ребенком.
5. Следите, чтобы ребенок вовремя ложился спать. Не выспавшийся ребенок – грустное зрелище.
6. Пусть ребенок видит, что Вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы.
7. Читайте сами, пусть ребенок видит, что свободное время Вы проводите за книгами, а не только у телевизора.
8. Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребенку приятно, если его школа станет частью Вашей жизни.

55 способов сказать ребёнку «Я тебя люблю»

Молодец! *Хорошо!* Удивительно! *Великолепно!* Гораздо лучше, чем я ожидал. *Ты лучше, чем все, кого я знаю.* Прекрасно! *Грандиозно!* Незабываемо! *Остроумно!* Именно этого мы давно ждали. *Это трогает меня до глубины души.* Сказано здорово, просто и ясно. *Экстра – класс!* Талантливо! *Ты одарённый, ты сегодня много сделал.* Уже лучше. *Отлично!* Ещё лучше, чем прежде! *Потрясающе!* Классно! *Поразительно!* Неподражаемо! *Красота!* Как в сказке! *Очень ясно.* Ярко, образно. *Очень эффектно!* Ты просто чудо! *Прекрасное начало.* Ты на верном пути. *Здорово!* Ух!!! *Ты в этом разобрался.* Ты ловко это делаешь. *Поздравляю!* Это как раз то, что нужно. *Я тобой горжусь.* Я просто счастлив. *Мне очень важна твоя помощь.* Работать с тобой просто радость. *Ты мне необходим.* Для меня важно всё, что тебя волнует, тревожит и радует. *Я сойду с ума, если с тобой что-то случится.* Для меня нет никого красивее тебя. *С каждым днём у*

тебя получается всё лучше! Научи меня делать также! Тут мне без тебя не обойтись. Я знал, что тебе это по силам. Ты мне нужен именно такой, какой есть. Никто мне не может заменить тебя. Я горжусь тем, что тебе это удалось. Я сам не смог бы сделать лучше.

К этому ещё осталось добавить: «Я люблю тебя»!

Каждому из нас так важно услышать это от тех, кто нам дорог.

Влияние телевидения на развитие детей

Как правило, ребята смотрят развлекательные фильмы и программы: детективы, боевики, фантастику, ужасы, приключения, фильмы про воров и шпионов и т.п.

Такие неконтролируемые взрослыми просмотры нередко портят детей и приводят к нежелательным последствиям:

- Дети приучаются к поверхностному восприятию жизни, становятся пассивными и интеллектуально ленивыми;
- Под влиянием поведения и действий героев фильмов слабеет собственная энергия и творческая сила ребенка;
- При просмотре развлекательных фильмов и передач дети не прилагают умственных усилий, в связи с этим снижается уровень понимания ребенка, уменьшается острота его восприятия и способность к логическому мышлению;
- Со временем в детском характере появляются ложь и скрытность, ребенок привыкает к пустому проведению времени и сидению перед экраном телевизора;
- Передачи и фильмы низкого морального уровня учат детей агрессивности, совершению неблагоприятных поступков и, в конечном счете, способствуют снижению моральных устоев;
- Низкопробные фильмы влияют на физическое состояние ребенка: слабеет нервная система, портится зрение, начинаются частые простуды;
- Фильмы низкого уровня несут откровенное зло, так как показывают неблагоприятные и преступные действия как нормальное поведение человека. А дети пытаются подражать таким мнимым кумирам.

Но, ни для кого не секрет, что телевидение несет в наш дом не только зло. Очень много полезного, поучительного и нужного может дать ребенку просмотр некоторых фильмов и передач. Просто важно помочь найти их среди огромного количества ненужного материала.

Итак, остановимся на некоторых рекомендациях о том, как привлечь телевидение на пользу детей:

- Прежде чем ребенок сядет за просмотр какого-либо фильма, постарайтесь заранее узнать, о чем он, будет ли он подходящим для воспитания ребенка;
- Не проводите сами все свободное время за телевизором, не смотрите подряд все передачи и фильмы. Глядя на родителей, и ребенок не будет смотреть все подряд;
- Просмотр вместе с ребенком некоторых фильмов дает возможность объяснить ему, «что такое хорошо и что такое плохо», дать оценку характерам главных героев картины;
- Не позволяйте ребенку долго смотреть телевизор, старайтесь занять его другими развлечениями, более полезными для здоровья;
- Приучайте ребенка смотреть фильмы познавательные, научно-популярные, исторические, которые расширяют кругозор и учат думать. Рекомендуется смотреть их вместе с ребенком, чтобы вовремя объяснить ему непонятные моменты, а затем обсудить увиденное.

Как формировать произвольность поведения ребенка

- **Произвольность поведения** – необходимое условие успешного обучения ребенка в школе.
- С первых дней обучения в школе ученику предъявляются разнообразные требования: он должен спокойно сидеть на уроке, внимательно слушать учителя, воспринимать учебный материал, т.е., проявлять волевые усилия, контролировать проявление собственных эмоций и желаний.
- Если произвольность поведения у ребенка не сформирована (он не может долгое время усидеть на одном месте, преодолевать малейшие трудности, слушать взрослого, сдерживать свои эмоциональные проявления и т.п.), можно прогнозировать возникновение в его учебной деятельности ряда серьезных трудностей. Поэтому родители должны уделять значительное внимание формированию произвольности поведения своего ребенка, его волевой сферы.
- ***Для развития этих особенностей в условиях дома (семьи) родителям в воспитании необходимо следовать следующим рекомендациям:***
 - ***1. Приучайте ребенка к режиму дня*** – все должно осуществляться в свое время: сон, отдых, питание, игры, занятия и т.д. (такая организация жизнедеятельности очень дисциплинирует ребенка);
 - ***2. Приобщайте ребенка к посильному труду*** (у каждого ребенка должны быть посильные домашние обязанности, выполняя которые ребенок заставляет себя делать то, что кажется трудным и неинтересным);
 - ***3. Не потакайте всем желаниям ребенка по первому же обращению*** (ребенок должен знать, что желаемого необходимо добиваться и

заслуживать, преодолевая определенные трудности. При этом взрослые должны знать, что именно трудности развивают в детях способности, необходимые для их преодоления);

- **4. Будьте последовательны в воспитании** (если наказали за какую-то провинность – проследите, чтобы наказание было доведено до конца);

- **5. Последовательность в воспитании должна прослеживаться у обоих родителей** (если мама сказала, что должно быть так, то и папа должен придерживаться этой линии в воспитании. Рассогласование во взглядах на воспитание у родителей приведет к тому, что ребенок станет манипулировать родителями).

- Вот такие нехитрые советы, помогут вашему ребенку развить волевую сферу. Это процесс долгий и кропотливый, требует от родителей и других взрослых, окружающих ребенка, терпения. Если ребенку никогда не предъявлялись требования, он не следовал режиму дня, не имел обязанностей по дому, не ждите, что ребенок изменится за несколько дней. Это длительный процесс.

Главный принцип воспитания – воспитание личным примером

- Слово «воспитание» образовано от слов «питание», «впитывание». Незря ученые отмечают единство корней этих слов. Ребенок в детстве, подобно губке, «впитывает» в себя все то, что «вливают» в него родители.

- Можно долго ругать, наказывать ребенка, делать ему замечания за то, что он ругается матом, или не здоровается с соседями, или совершенно не любит читать книги, или вместо занятий спортом предпочитает лежать у телевизора, или пристрастился к табакокурению, или...

- Это бессмысленно, если папа для «красного словца» по поводу и без не стесняется использовать в своей речи нецензурные выражения, если мама при виде надоевшей ей своими замечаниями соседки демонстративно отворачивается на лестничной площадке, если все члены семьи скорее посмотрят телевизор, чем возьмутся за книгу или теннисную ракетку, если ребенок видит, с каким наслаждением курит его отец или мать...

- Он, скорее всего, «впитает» в себя пример старших и уважаемых людей. Поэтому воспитывать в ребенке те или иные качества необходимо, в первую очередь, личным примером!

- **И напоследок хочется вспомнить строки стихотворения «О дурном родительском примере» поэта Себастьяна Бранта «Ребенок учится тому, что видит у себя в дому. Родители пример ему...»**

А если вам интересно, вы можете прочитать это стихотворение полностью:

- **Себастьян Брант**
- **«О дурном родительском примере»**
- *Ребенок учится тому,*
- *Что видит у себя в дому:*
- *Родители пример ему.*
- *Кто при жене и детях груб,*
- *Кому язык распутства люб,*
- *Пусть помнит, что с лихвой получит*
- *От них все то, чему их учит.*
- *Теперь вести себя прилично*
- *Не в моде стало, и обычно*
- *И женский пол, себя позоря,*
- *Стал срамословить в разговоре.*
- *Мужья — пример для жен своих,*
- *А дети учатся у них:*
- *Там, где аббат не враг вина,*
- *Вся братия пьяным-пьяна!*
- *Что говорить, — спокон веков*
- *Полно на свете дураков!*
- *Не волк воспитывал овец,*
- *Походку раку дал отец.*
- *Когда родители умны*
- *И добродетельно скромны,*
- *То благонравны и сыны.*
- *Попался как-то Диогену*
- *Какой-то пьяный совершенно,*
- *Впервые встреченный юнец*
- *«Сынок, — сказал ему мудрец, —*
- *Ты, вижу, весь в отца родного:*
- *Бьюсь об заклад — он раб хмельного!"*
- **Коль видят нас и слышат дети,**
- **Мы за дела свои в ответе**
- **И за слова: легко толкнуть**
- **Детей на нехороший путь**
- **Держи в приличии свой дом,**
- **Чтобы не каяться потом.**

Что необходимо знать о подростковом суициде?

**Признаки существующего у подростка
намерения совершить суицид:**

- **Словесные признаки:**

- открытые и прямые высказывания о принятом решении покончить с собой
- косвенные намеки на совершение самоубийства (например, «Больше я не буду никому мешать, скоро от меня отдохнете» и т.д.)
- нездоровый интерес к вопросам о смерти, увлечение литературой по вопросам жизни и смерти (например, увлечение книгами о самоубийцах, ритуалах погребения, загробной жизни и т.д.), частые разговоры на эту тему
- высказывание своих мыслей по поводу самоубийства в подчеркнута легкой и шуточной форме (например: «... Смерть – это всего лишь одна из сторон жизни. Чего бояться смерти – мы и так значительную часть жизни тратим на сон» и т.п.)

- **Поведенческие признаки**

- безвозмездная раздача вещей, имеющих для человека высокую значимость
- налаживание отношений с непримиримыми до этого дня врагами
- отсутствие желания ухаживать за собой, запущенный и неряшливый внешний вид
- пропуск школьных занятий, потеря интереса к привычным для ребенка увлечениям, хобби
- отстранение от друзей и семьи
- частое уединение, проявление замкнутости и угрюмости
- безразличие к окружающему миру

Ранняя диагностика суицидального поведения состоит в том, чтобы выявить признаки, свидетельствующие о наличии у подростка намерения совершить самоубийство.

Рекомендации взрослым

(если у подростка выявлены признаки суицидального поведения)

- Внимательно выслушайте решившегося на самоубийство подростка. В состоянии душевного кризиса каждому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
- Оцените серьезность намерений и чувств ребенка, узнайте его конкретный план совершения самоубийства. Ситуация будет более острой, если ребенок имеет ясное представление о том, каким способом он хотел бы покончить с собой.
- Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве.
- Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам ребенка, не пренебрегайте ничем из всего сказанного им. Попытайтесь убедить его раскрыть свои чувства, поделиться накопившимися проблемами.
- Не бойтесь прямо спросить ребенка, не думает ли он о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос не приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.
- Постарайтесь акцентировать внимание ребенка на позитивных моментах жизни. Попросите подростка, чтобы он припомнил эмоционально приятные события
- Спросите у подростка, что ощутили бы близкие люди, узнав о его смерти. Такая попытка проговорить чувства окружающих значимых людей может принести ощутимый эффект.
- Придайте уверенность ребенку, объясните ему, что вместе вы обязательно справитесь со своими проблемами.

! Обратитесь за квалифицированной помощью к психологу, психотерапевту, психиатру.

Шпаргалка родителям

- Любой ребенок – отличник или двоечник, подвижный или медлительный, атлет или рохля - заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом;
- Помните, что ребенок не состоит сплошь из одних недостатков, слабостей, успехов. Достоинства у ребенка есть сейчас, надо уметь их видеть;
- Не скупитесь на похвалу;
- Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение, хвалить персонально, а критиковать как можно более безразлично;
- Всякое повышение требований надо начинать с похвалы, даже авансом;
- Ставьте перед ребенком достижимые цели;
- Вместо приказаний просите совета или помощи, как у равного или старшего;
- Помните, позволения учат детей гораздо лучше, чем запреты;
- При необходимости наказания помните, что не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки;
- Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают;
- Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания просто не нужны!

Советы ребенка своим родителям

- **Не балуйте** меня, вы этим меня портите. Я хорошо знаю, что не обязательно давать мне все, что я требую. Я просто испытываю вас. Особенно не давайте мне того, что я хочу, ущемляя вас самих в чем-то.
- **Не бойтесь быть твердыми** со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место и особенно помогает, когда со мной разговаривают как со взрослым. Мне легко в таком случае выполнить справедливые требования.
- **Не полагайтесь на применение силы** в отношении со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы. Особенно если вы будете учитывать и мои интересы и уважать их.
- **Не будьте непоследовательными.** Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой. Я согласен, что у всех бывают разные настроения в разное время, но в отношениях с другими людьми вы ведь стараетесь быть более предсказуемыми.
- **Не давайте обещаний**, которые не в силах выполнить, это может поколебать мою веру в вас. Просто скажите свой вариант решения: если вы не можете выполнить свое обещание, то компенсируйте мне тем-то и тем-то. И вам будет легче, и мне спокойнее. Важно, чтобы компенсация была адекватной (или большей) и стимулировала вас выполнить обещание.
- **Не поддавайтесь на провокации**, когда я говорю и делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то я попытаюсь достичь еще больших «побед». Говоря по правде, я всегда жалею о своем желании поманипулировать вами, т.к. это подрывает ваше доверие ко мне, а его всегда не хватает.

- **Не расстраивайтесь слишком сильно**, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне. Иногда от своего бессилия перед вами я готов заплакать, и защищаюсь таким вот образом.
- **Не заставляете меня чувствовать себя младше**, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став плаксой и нытиком. Спросите меня прямо о том, смогу ли я выполнить что-то, а не решайте, что я мал. Правда, иногда я беру на себя слишком много, тогда помогите мне незаметно и ненавязчиво.
- **Не делайте для меня и за меня** то, что я в состоянии сделать для себя сам, а то у меня войдет в привычку использовать вас в качестве прислуги. И вообще, порядок в своей комнате я наведу сам, я даже могу постирать и сварить обед, сходить в магазин без списка в кармане. Иногда меня раздражает ваше: «Тебе хлеб с маслом намазать?»
- **Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и одобрения**, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же вами забывается. А нагоняй за проступок – никогда.
- **Не пытайтесь обсуждать мое поведение** в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух в это время притупляется, а мое желание действовать с вами за одно пропадает. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги позднее. Да и у вас самих и не только слух, но и разум иногда притупляется, и вам трудно среагировать на свои ошибки в разгар конфликта, так что не забудьте извиниться потом, ведь я воспитан вами и поступаю точно в соответствии с тем, что вы мне привили.
- **Не пытайтесь читать мне наставления и нотации**. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое «хорошо» и что такое «плохо». И я узнал об этом раньше, чем вы думаете. Вспомните себя.
- **Запомните, что меня больше учит не критика, а примеры для подражания**.
- **Не придирайтесь ко мне** и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим. Вы ведь тоже защищаетесь, не найдя времени поговорить со мной по душам.
- **Не защищайте от последствий собственных ошибок**. Я учусь на собственном опыте. На самом деле это бывает очень трудно сделать, но вы постепенно приучайте себя к этому, и я скажу вам «спасибо».
- **Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори**. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне много внимания. Дайте мне лучше пример здорового образа жизни, покажите, как это замечательно.
- **Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы**. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне. Вот здесь-то потребуются вдумчивый подход. Книжки почитайте или посоветуйтесь со знающим человеком.
- **Не беспокойтесь, что мы проводим слишком мало времени**. Значение имеет то, как мы его проводим. Особенно мне полезно, когда вы продумываете, что было бы интересно и мне и вам.
- **Не говорите мне, что мне нельзя делать что-то** (пить, курить, гулять), потому что я еще маленький, потому что я жду не дождусь, чтобы стать взрослым и «оторваться на полную катушку».
- **Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям**. Заметьте, не как к приятелю или коллеге, а как к настоящему другу. Тогда я тоже стану вашим другом.

Помните, что я вас люблю. Пожалуйста, ответьте мне любовью.

На заметку родителям

Ребенок и агрессия

Агрессивность ребенка проявляется, если:

- Ребенка бьют;
- Над ребенком издеваются;
- Над ребенком зло шутят;
- Ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
- Родители заведомо лгут;
- Родители пьют и устраивают дебоши;
- Родители воспитывают ребенка двойной моралью;
- Родители нетребовательны и неавторитетны для своего ребенка;
- Родители не умеют любить одинаково своих детей;
- Родители ребенку не доверяют;
- Родители настраивают своих детей друг против друга;
- Родители не общаются со своим ребенком;
- Вход в дом закрыт для друзей ребенка;
- Родители проявляют по отношению к своему ребенку мелочную опеку и заботу;
- Родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
- Ребенок чувствует, что его не любят.

Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь: *внимание, сочувствие, сопереживание, терпение, требовательность, честность, откровенность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответственность, такт, дружелюбие, надежду, любовь.*

Как помочь ребенку в преодолении неуверенности

- Никогда не подчеркивайте вслух такую черту характера своего ребенка, как неуверенность. Не демонстрируйте эту черту характера другим людям;
- Поощряйте общение своего ребенка с детьми, которые младше его по возрасту. Это придаст ему уверенность в своих силах;
- Если ребенок сам выбирает для себя общество младших по возрасту детей, не позволяйте себе иронизировать над ним по этому поводу и не мешайте ему;
- Не ставьте своего ребенка в неловкие ситуации, особенно при встрече с незнакомыми людьми или при большом скоплении народа;
- Вселяйте в своего ребенка уверенность в свои силы. Вместо слов «Я так за тебя боюсь» пусть лучше звучат слова «Я в тебе уверен»;
- Критикуйте своего ребенка как можно меньше. Ищите любую возможность показать его положительные стороны;

- Не сравнивайте своего ребенка и его качества характера с качествами характера других детей;
- Позволяйте своему ребенку проявить инициативу в преодолении неуверенности, заметьте ее вовремя и оцените;
- Хвалите своего ребенка за достижения, которые дались ему с трудом и упорством;
- Ставьте перед своим ребенком посильные задачи и оценивайте их достижение;
- Не мешайте своему ребенку ошибаться, не подменяйте его жизненный опыт своим;
- Говорите со своим ребенком по душам, давайте возможность выговориться, поделиться наболевшим.
- Спрашивайте своего ребенка о его проблемах, если он вам сам ничего не говорит; делайте это тактично и тепло;
- Будьте рядом с ним, если он в этом нуждается!