

Государственное учреждение образования
«Гимназия №1 г.Столбцы»

Пособие

для хороших родителей

часть 2



Государственное учреждение образования
«Гимназия №1 г.Столбцы»

222666, г.Столбцы, ул.Коминтерна, 3
E-mail: gymn@stolbtsy-edu.gov.by

Столбцы

Составитель: педагог-психолог Государственного учреждения образования «Гимназия №1 г.Столбцы» Касперович Вера Ивановна

Литература:

Яничева Т.Г. и др. Полезная книга для хороших родителей: Санкт-Петербург, 2007

Айхорн А. Трудный подросток М.: Эксмо-Пресс, 2001

Дейноу Ш. Как пережить опасный возраст ваших детей? М.:МИРТ, 1995

Дольто Фр. На стороне подростка. Екатеринбург: У-Фактория, 2004

Жорж Ж. Детский стресс и его причины. М.:Рипол классик, 2003

и др.

В помощь родителям, воспитывающим детей 10-11 лет

НЕЛЬЗЯ СТАВИТЬ ДЕТЕЙ В УГОЛ.
ОСОБЕННО ЕСЛИ ТАМ СТЫК ОБОЕВ.

СЫН ПРОТЯГИВАЕТ МАМЕ ДНЕВНИК
И, ГЛЯДЯ В ГЛАЗА, ГОВОРIT:
– ГЛАВНОЕ, ЧТО МЫ ВСЕ
ЗДОРОВЫ, ПРАВДА, МАМ?

СПЯЩИЙ РЕБЕНОК - ЭТО НЕ
ТОЛЬКО МИЛО, НО И НАКОНЕЦ-ТО.

Я СЕГОДНЯ ГОВОРЮ ДОЧЕРИ:
– КАКАЯ ЖЕ ТЫ ВСЕ-ТАКИ ВРЕДНАЯ!
ДОЧЬ МНЕ В ОТВЕТ:
– ВСЕ ПРЕТЕНЗИИ К ПРОИЗВОДИТЕЛЯМ.

У РОДИТЕЛЕЙ ВСЁ ПРОСТО:
ЧТО-ТО НЕ ТАК С ТОБОЙ - ВИНОВАТ КОМПЬЮТЕР.
ЧТО-ТО НЕ ТАК С КОМПЬЮТЕРОМ - ВИНОВАТ ТЫ.

МОЙ 11-ЛЕТНИЙ СЫН СЕГОДНЯ,
НЕМНОГО ЗАДУМАВШИСЬ, СКАЗАЛ:
– Я ЗНАЮ, ПОЧЕМУ ДЕНЬ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ
1 ИЮНЯ – ПОТОМУ ЧТО 31 МАЯ ВСЕ
ШКОЛЬНИКИ ПРИНОСЯТ ДОМОЙ
ДНЕВНИКИ С ГОДОВЫМИ ОЦЕНКАМИ...

Правда жизни в народной мудрости

ПРЕЖДЕ ЧЕМ РУГАТЬ РЕБЕНКА,
ВСПОМНИ СЕБЯ В ЕГО ВОЗРАСТЕ,
ПОГЛАДЬ ЕГО ПО ГОЛОВЕ И ИДИ
ПЕЙ СВОЮ ВАЛЕРЬЯНКУ.

СКОРОСТЬ ЗВУКА - СТРАННАЯ ШТУКА.
РОДИТЕЛИ ЧТО-ТО ТЕБЕ ГОВОРЯТ В
20 ЛЕТ, А ДОХОДИТ ТОЛЬКО К 40!

КОГДА Я БЫЛ МАЛЕНЬКИЙ,
МЫ С ПАПЕЙ ЧАСТО ИГРАЛИ В «МАВЗОЛЕЙ».
ОН БЫЛ ЛЕНИН, ЛОЖИЛСЯ И СПАЛ,
А Я СТОЯЛ И ОХРАНЯЛ ЕГО, КАК ЧАСОВОЙ.
ТОЛЬКО СЕЙЧАС ПОНИМАЮ СМЫСЛ ИГРЫ.

21:00.

ИМЕННО В ЭТО ВРЕМЯ ДЕТИ ПРИЗНАЮТСЯ
РОДИТЕЛЯМ, ЧТО ЗАВТРА В ШКОЛУ НУЖНО
ПРИНЕСТИ ПОДЕЛКУ, ДОКЛАД С ЦВЕТНЫМИ
ФОТОГРАФИЯМИ И ПИРОГИ НА ЧАЕПИТИЕ.

СЕГОДНЯ С ЖЕНОЙ ПРИЕХАЛИ
ЗАБИРАТЬ ДЕТЕЙ С ДАЧИ. ПЕРВЫМ
К НАМ ВЫБЕЖАЛ СЧАСТЛИВЫЙ,
РАДОСТНЫЙ ДЕДУШКА.

О хороших родителях

Все родители хотят счастья для своих детей, хотят быть хорошими, самыми лучшими родителями. А что такое «хорошие родители»? Хорошими мы называем тех родителей, которые волнуются и заботятся о своём ребёнке, хотят сделать всё, чтобы его жизнь была наполненной, гармоничной, светлой и радостной. Хорошие родители готовы вкладывать время, силы, деньги в то, что принесёт ребёнку пользу. К счастью, наше время таково, что число хороших родителей увеличивается. Всё больше людей осознанно и обдуманно относятся к появлению ребёнка на свет, а главное, понимают, что накормить, обушить и купить много игрушек—ещё не всё. Следует помочь маленькому человеку набраться уверенности и сил, понять, чего он хочет, научить строить отношения и добиваться целей. Без этого в изменчивом, конкурентном мире не достигнешь успеха и счастья.

Но, как показывает опыт практической работы с детьми и семьями, даже хорошие родители иногда испытывают затруднения в общении со своим ребёнком. Желая сделать как можно лучше, они не только не помогают, но иногда вредят своему малышу или портят отношения с подростком.

Подсказки, ответы на некоторые вопросы родители и все заинтересованные взрослые смогут найти в «Пособии для хороших родителей»



Психологические особенности возраста

6-7 лет

- произвольность внимания (его устойчивость 10-15 мин.)
- способность к систематизации, классификации, группировке процессов, к анализу простых причинно-следственных связей
- любознательность
- интонационность речи
- легче запоминают наглядные образы, чем словесные рассуждения
- способность к овладению приёмами логического запоминания
- отсутствие способности быстро переключать внимание с одного объекта на другой
- доступна логическая форма мышления
- неспособность к адекватной самооценке (ориентируются на мнение взрослых)
- способны к волевой регуляции поведения



10-11 лет

- начинает развиваться теоретическое мышление
- память становится мыслящей, а восприятие думающим
- способны к волевой саморегуляции поведения
- общение со сверстниками—главная роль (в первую очередь ориентируются на мнение сверстников, а не на мнение взрослых)
- развиваются собственные мнения, взгляды
- способность к систематизации знаний



1. На таких детей нельзя давить, не стоит авторитарно заставлять их что-то делать.
2. Им необходимо оказывать большую поддержку, особенно в тех случаях, когда ребёнку сложно справиться с задачей, пережить какой-то эпизод в отношениях с другими людьми.
3. Важно побуждать ребёнка говорить о своих чувствах, страхах, опасениях, помогать ему с ними справляться.
4. Для подростков важен анализ конкретной ситуации, обсуждение чувств всех участников, объяснение того, что задевшее подростка слово или действие другого далеко не всегда направлено в его адрес и предназначено для того, чтобы его обидеть.
5. Можно предложить перечислить все возможные «смыслы», которые стоят за тем или иным действием (*«Ты расстроен, что друг проигнорировал твои слова и не принял твоё предложение. Как ты думаешь, почему он мог так поступить?»* - *«просто не расслышал», «был занят своими мыслями», «у него болит голова, и он занят только этой проблемой», «я недостаточно чётко объяснил свою позицию»* и т.д.). Такая простая демонстрация вариативности причин поведения других людей может помочь подростку увидеть ситуацию с другой стороны, понять, что далеко не всегда то, что воспринимается им как обида, действительно имело целью задеть его.



→ **Что же делать?**

Как справляться с детской ранимостью



Ранимость или повышенная чувствительность к внешним воздействиям может возникнуть в раннем детстве и со временем перейти в свойство личности. Даже среди взрослых людей мы можем встретить особенно впечатлительных

людей, у которых незначительные события могут вызвать целую гамму переживаний. Чувствительность связана как с особенностями нервной системы человека, так и с его воспитанием.

Чувствительному (ранимому) ребёнку сложно контролировать свои эмоции. Он обострённо воспринимает окружающий мир. Реакции других людей, новые ситуации вызывают у таких детей большое напряжение. Чувствительного ребёнка гораздо легче обидеть, задеть. Но в то же время чувствительных людей часто отличает способность видеть мелкие детали ситуации, тонкие нюансы, которые могут остаться незамеченными для других. Такие личностные особенности могут служить основой тактичности, корректности поведения в будущем.

12-14 лет



- интерес к своей внешности
- претензии на равные права со взрослыми
- физическое развитие (у мальчиков пик 13 лет, у девочек—10-11 лет)
- построение своей личности в нравственной и эстетической сферах

- значимость мнения сверстников
- волевые действия становятся привычными
- потребность в познавательной деятельности
- эмоциональная неустойчивость (у мальчиков 11-13 лет, у девочек 13-15 лет)
- склонность к самоанализу, рефлексии
- попеременные проявления полярных качеств психики

15-16 лет

- интенсивный физический рост
- осознание собственной индивидуальности
- юношеский максимализм
- наряду с потребностью в общении—потребность в уединении
- время нарушенного равновесия, переживаний в виде состояния смутного беспокойства, не всегда оправданных порывов
- в проявляемой активности нет последовательности



Проблема отцов и детей существовала всегда. Наступает период (переходный, подростковый), когда дети не хотят слушаться и учиться. Как помочь ребенку? Что делать родителям, чтобы окончательно не порвать связь с ребенком? Как показать ему, что учеба и прилежное поведение есть неотъемлемый компонент светлого будущего? Эти и многие вопросы возникают у родителей, которым небезразлична судьба собственных детей.



Причины девиантного поведения в подростковом возрасте

- Физиологические изменения
- Переосмысление моральных ценностей
- Интернет

Как пережить этот период родителям ?

Эту ситуацию, как и любую другую можно объяснить, прибегнув к помощи науки. Психологи советуют поставить себя на место ребенка (*это порою самое сложное*). У него переходный возраст: меняется организм, внешность, моральные ценности и взгляды на жизнь в целом.

Раньше его главной целью была учеба, похвала родителей. В возрасте 10-11 лет все переворачивается с ног на голову. Мнение сверстников, одноклассников и друзей приобретает особый вес. Мнение родителей перестает быть определяющим.

Свободным стал доступ к Всемирной паутине. Зачем искать советов у родителей, если можно найти ответ самостоятельно в любом поисковике. Тем более современные родители, как правило, «заняты» материальным обеспечением для «полноценного» существования себя и любимого чада. Да и на окружающих людей сейчас вовсе необязательно производить положительное впечатление:

комментарии в социальных сетях – вот, что действительно важно для большинства современных подростков.

Как воспитать самостоятельность

1. Предлагайте ему время от времени работу, которая для него достаточно сложна.
2. Предоставляйте сыну (дочери) возможность действовать по собственному усмотрению.
3. Упражняйте ребенка в умении оценивать сделанное еще до того, как высказали ему свое собственное суждение.
4. Объясните ребенку, чем отличается самостоятельный человек от зависимого. Подкрепите это убеждение оценками его самостоятельного поведения.
5. Откажитесь, по возможности, от прямых подсказок, указаний, способов действия, от замены усилий ребенка своими собственными.
6. Предоставьте своему ребенку право на ошибки.
7. Не вмешивайтесь преждевременно в самостоятельную деятельность ребенка.
8. Оценивайте не только конечный результат, но и вложенный в его достижение труд ребенка.
9. Не торопитесь пресекать проявление негативизма ребенка. Быть может, вы сами того не осознавая, вынуждаете его к этому своими запретами.
10. Помогите ребенку гордиться своими успехами, радоваться своим самостоятельным решениям.



**ЛЮБИМЫЕ РОДИТЕЛИ!
К ЧЕМУ НАС ТАК ИСПЫТЫВАТЬ -
ВОСПИТЫВАТЬ, ВОСПИТЫВАТЬ....
ПОДОБНАЯ ЗАБОТА СОВСЕМ
НЕОБЯЗАТЕЛЬНА: ДОЛЖНЫ ЖЕ МЫ
ХОТЬ ЧТО-ТО РЕШАТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНО!**



Существует несколько советов психологов на этот счёт

1. Доверяйте своему ребенку. Поговорите с ним о том, какие цели он ставит перед собой, каким видит свой круг общения. Уместным будет предупредить о последствиях того или иного решения. Ребенок должен осознавать, что у него всегда есть надежный тыл, но на данном этапе все зависит именно от него. Все негативные последствия своих решений он будет обязан самостоятельно улаживать.

2. Определитесь с границами домашних обязанностей, поскольку взрослым необходимо быть во всем.

3. Разговаривайте с вашим ребенком. Общение должно быть продуктивным. Например, обговорите заранее, во сколько он должен вечером возвращаться домой. Если условия не будут нарушаться, то это время можно продлить, если наоборот, то урезать. Основная задача—чтобы ребенок понимал, что несет полную ответственность за свои действия.

Как бороться со Всемирной паутиной

1. С рождения развивать познавательный интерес. Сосредотачивать внимание ребёнка на многих увлекательных явлениях мира и видах деятельности.
2. Заинтересовать ребёнка ещё в раннем детстве. Здесь вам на помощь придут кружки, клубы, соревнования и т.д..
3. Начните с себя. Чему бы вы ни пытались научить ребёнка, он будет отражением вас самого. Если, придя с работы, вы проводите время в обнимку с компьютером, ваш ребёнок будет воспринимать это как норму. Больше общайтесь с подростком, разговаривайте, обсуждайте общие темы.

Есть очень хорошее высказывание, к которому всем родителям стоит прислушаться: «Не воспитывайте детей, воспитывайте себя, потому что в итоге ваши дети всё равно будут похожи на вас»

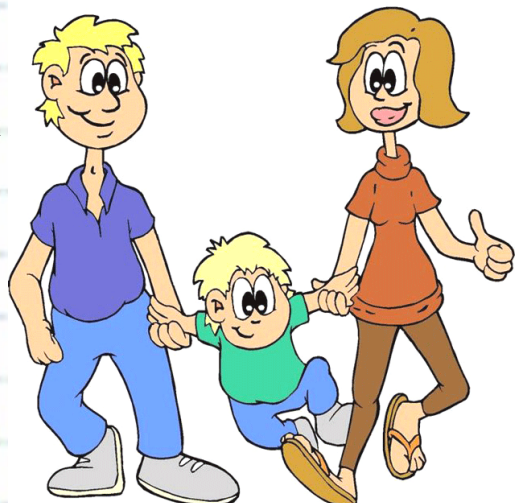
Как преодолеть негативизм и агрессивное поведение

Постарайтесь смириться с тем, что ваш ребенок постепенно отдаляется от вас, не пытайтесь привязывать его к себе силой. Определенная степень контроля, безусловно, нужна. Но отвечать агрессией на агрессию не стоит. В чем-либо убедить ребенка, который активно утверждает собственное «Я», можно только путем переговоров.

Советуйте, но не будьте навязчивыми. Проявляйте настойчивость, но не давите слишком сильно – эффект будет прямо противоположным.

Придумывайте какие-то совместные занятия, которые будут интересны и для вас, и для вашего ребенка. Бывает, что родители друга или подруги пользуются у ребенка большим уважением, чем его собственные. Причины могут быть самые разные: от личных качеств чужих родителей до страха, который ребенок испытывает перед своими.

В десять-одиннадцать лет человек уже достаточно взрослый, и отношения с ним во многом зависят от способности тех, кто старше, сотрудничать.



Родители вместе с детьми могут:

1. В зимнее время – совершать лыжные прогулки с детьми, кататься на коньках, на санках, совершать пешие прогулки в ближайший лес, парк, лепить во дворе снежные крепости, фигуры.
2. В весеннее и осеннее время – брать детей с собой в однодневные туристические походы, совершать совместный отдых на море, на даче, организовывать совместные дворовые затеи с подвижными играми.
3. В летнее время – загорать, плавать, устраивать шумные, подвижные игры на улице.
4. Устраивать совместные семейные чтения о здоровом образе жизни, смотреть фильмы и телепередачи.

Зачем нужно вместе проводить досуг


Совместный активный досуг:

1. Способствует укреплению семьи
2. Формирует у детей важнейшие нравственные качества
3. Развивает у детей любознательность
4. Приобщает детей к удивительному миру природы, воспитывая к ней бережное отношение
5. Расширяет кругозор ребенка
6. Формирует у ребенка первичные представления об истории родного края, традициях, культуре народа
7. Сближает всех членов семьи (дети живут одними задачами с родителями, чувствуют причастность к общему делу).

Проводя совместно досуг, у родителей и детей возникает тот духовный контакт, о котором многие родители только мечтают.



Как вселить уверенность в своих силах

1.  Никогда не подчеркивайте вслух такую черту характера ребенка, как застенчивость. Не демонстрируйте эту его черту характера посторонним людям.
2. Поощряйте игры своего ребенка с младшими по возрасту детьми. Это придаст ему уверенности в своих силах.
3. Не ставьте своего ребенка в неловкие ситуации, не критикуйте его и не насмехайтесь над ним, наоборот, вселяйте в него уверенность в свои силы.
4. Стимулируйте общение своего ребенка с другими детьми, чаще приглашайте их в дом. Не сравнивайте качества характера своего ребенка с качествами детей, которые бывают у Вас дома.
5. Поощряйте инициативу ребенка в преодолении застенчивости, заметьте ее и вовремя оцените.
6. Не мешайте своему ребенку ошибаться и не подменяйте его жизненный опыт своим.
7. Говорите с ребенком по душам, дайте ему возможность выговориться, поделиться наболевшим. Спрашивайте его, если он сам ничего не говорит. Делайте это тактично и тепло. Будьте рядом с ним, если он в этом нуждается.

Как адаптироваться к 5 классу

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.
2. Создавайте условия для развития самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность.
3. Несмотря на кажущуюся взрослость, пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
4. Для пятиклассника учитель – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребенком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.
5. Пятикласснику уже не так интересна учеба сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями.
6. Помогите ребенку выучить имена новых учителей.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь, как можно скорее встретиться и обсудить это с классным руководителем или психологом.
8. Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание. Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.



Из откровений пятиклассников

- Я прожила этот год с облегчением
- У меня первый раз в жизни была единица по белорусскому языку
- В этом году я познакомился с новыми людьми: Сергеем, Лёшей, Машей. Они весёлые и умные. И нас всех вместе посвящали в гимназисты
- Этот год был довольно тяжёлый: новая школа, незнакомые учителя, другой коллектив. Сначала мне было неуютно, но потом я привык
- У меня с белорусским языком плохие дела идут
- Я переживал, когда сдавали экзамены и когда посвящали в гимназисты
- У нас было много поездок, например, в аквапарк, на Курган славы и в цирк
- У нас было много ссор в классе
- Я очень расстроилась, когда по английскому языку меня отвергли, и я не пошла на олимпиаду
- А ещё скоро будут весенние каникулы, а затем и летние. Мне очень хочется, чтобы они наступили скорее
- Мне этот год ничуть не понравился, потому что в школе стали много уроков задавать
- Мне понравилось то, что, когда я учусь, я получаю девятки
- В следующем году я хотел бы выучиться лучше, чем в этом году
- Мои мама, папа и сестра говорят: «Думай о хорошем, учись и надейся, тогда всё будет ОК, а если что, мы тебя поддержим». И меня это успокаивает
- В 5-м классе мне удаётся всё немного легче (не знаю, почему, вроде должно быть наоборот)
- В этом году у меня появилось больше друзей
- В этом году у меня впервые была неделя десятков
- Я думаю, что наш кабинет самый красивый в школе: все эти бюсты известных людей....