

**Родителям на заметку:
Советы психолога по воспитанию дошкольника**



Житикара, 2024 год

“Воспитываем с любовью и пониманием: советы детского психолога из реальной практики”

В данном сборнике представлены различные консультации, охватывающие методические и психолого-педагогические темы. Этот материал поможет улучшить профессиональные навыки педагогов-психологов и окажется полезным для воспитателей и учителей детских садов, студентов педагогических вузов, а также родителей малышей дошкольного возраста.

Житикара, 2024 год

Содержание

- Консультация для родителей детей с особыми образовательными потребностями (ОВЗ) на тему «Принятие особенности ребенка»
- Консультация для родителей дошкольников: "Как легко и тихо уложить ребенка спать"
- Консультация для родителей старших дошкольников: "Старт в школьную жизнь: оценка и подготовка вашего дошкольника"
- Консультация для родителей: "Домашняя арттерапия: укрепление семейных уз и облегчение стресса для всех возрастов"
- Консультация для родителей малышей: "Противодействие манипуляциям: эффективные стратегии для родителей младенцев и малышей"
- Консультация для родителей дошкольников: "Способы снижения раздражительности у малышей: практические рекомендации"
- Консультация для родителей старших дошкольников: "Понимание и преодоление детских страхов: стратегии для родителей"
- Консультация для родителей детей дошкольного возраста «Ревность между детьми в семье: проблемы и стратегии справедливого обращения»
- Консультация для родителей детей дошкольного возраста: «Как интересно и полезно провести выходные с вашим ребенком»
- Консультация для родителей: «Влияние авторитета родителей на формирование личности ребенка»
- Консультация для родителей дошкольников: "Справляемся с капризами в магазине: эффективные подходы и стратегии"
- Консультация для родителей детей дошкольного возраста: «Пути преодоления застенчивости у детей: от теории к практике»

Консультация для родителей детей с особыми образовательными потребностями (ОВЗ) на тему «Принятие особенности ребенка»

Актуальность: С появлением на свет малыша мама начинает замечать, что его развитие отличается от сверстников и описаний в литературе. После проведения обследований ставится диагноз, который делит жизнь семьи на «до» и «после».

Рождение ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) часто кардинально меняет привычный уклад семьи. Родителям сложно смириться с тем, что их малыш родился с особенностями здоровья. Установление диагноза почти всегда вызывает у родителей тяжелый стресс, погружая семью в психологически непростые обстоятельства. Вначале преобладают чувства вины, гнева, стыда, безысходности и жалости к себе. Родители могут впасть в отчаяние, замкнуться в себе или стать агрессивными, отдалиться от знакомых и даже родных. Это период боли и печали, которые необходимо прожить и излить. Лишь пройдя через горевание, человек способен спокойно оценить ситуацию и более конструктивно подойти к решению возникшей проблемы. Нелегко принять мысль о том, что твой ребенок отличается от других.

Матери «особых» детей признаются, что первые годы после известия о неизлечимой болезни ребенка наполнены невыносимыми страданиями. В этот период им крайне необходима психологическая поддержка. Данная консультация нацелена на то, чтобы помочь родителям, воспитывающим ребенка с ОВЗ, принять сложившуюся ситуацию, преодолеть страх за его будущее, растерянность, неосведомленность в вопросах воспитания, чувство стыда за рождение «неполноценного» малыша.

Цель и задачи консультации

Цель: Помочь родителям принять своего «особенного» ребенка, научиться лучше понимать его и себя, совместно преодолевать трудности.

Задачи:

- Поддержать родителей в осознании, что они не изолированы в своих переживаниях и существует поддержка;
- Убедить родителей в том, что они не одиноки в своих трудностях и существует поддержка со стороны специалистов и других родителей, которые проходили через подобные ситуации;
- Помочь родителям переосмыслить свою родительскую роль в контексте отношений с ребенком с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ);
- Ознакомление родителей с наиболее действенными способами преодоления сложных ситуаций, негативных эмоций и выработка

стратегии решения проблемы;

Знакомство с понятием стрессовой ситуации, освоение приемов, помогающих ослабить стрессовые переживания;

Познакомить с релевантной психолого-педагогической литературой, касающейся данной тематики.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна;

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

«Нашему сыну Дамиру 3 года. Мы обеспокоены тем, что у него может быть аутизм. Недавно мы услышали про таких детей, стали присматриваться к своему ребенку и заметили, что он предпочитает играть в одиночестве, неразговорчив, редко использует мимику и жесты, не всегда сразу реагирует на просьбы взрослых. Кроме того, он отличается медлительностью, спокойствием и некоторой отстраненностью от происходящего вокруг. Мы сходили на прием к неврологу, которая подтвердила наши опасения, диагностировав у Дамира расстройство аутистического спектра (РАС). Скажите, сейчас много таких детей... Что нам делать, как помочь сыну? Может быть, врач ошиблась? Ведь Дамир еще маленький, он растет, развивается, возможно, речь еще появится... Нам непросто пойти погулять с ним на площадку, поскольку большинство родителей и детей сторонятся нашего малыша, не понимая, почему он такой... Нам говорят, что наш ребенок «особенный»... Как его развитие отличается от других детей?»

Ход консультации

Уточнение запроса:

Психолог: Давайте проясним ваши ожидания от нашей беседы. Насколько я понимаю, у вашего ребенка есть определенные особенности развития, и вам непросто это осознать? Диагноз вызывает у вас тревогу, и вы в замешательстве, как правильно действовать, чтобы поддержать сына?

Мама: Все верно. Когда я вынашивала малыша, мы с супругом с нетерпением ждали его рождения. Конечно, мы надеялись, что родится здоровый малыш без отклонений. Поэтому когда выяснилось, что у сына есть нарушения, это стало для нас огромным потрясением. Мы оказались совершенно не готовы к такому, я убита горем. Я все еще надеюсь, что это ошибка, что он перерастет свои особенности.. Это кажется таким несправедливым, ведь мы с мужем следим за здоровьем, вся беременность и роды прошли благополучно, никаких патологий не находили... Что подразумевается под "особенным

ребенком"? Как нам теперь строить жизнь? Как оказать сыну необходимую помощь?

Психолог: Я предлагаю вам для начала успокоиться, и мы вместе постараемся разобраться во всех волнующих вас вопросах. Да, вам предстоит пережить горе от известия о болезни ребенка. Но это не значит, что он обречен всю жизнь страдать. У Дамира есть вы, и впереди у вас будет еще много побед, радостных моментов, достижений. Обязательно будут и улыбки, и даже счастье. Такое случается – в семьях появляются дети с ограниченными возможностями здоровья. Особенное материнство – это удивительный шанс для вас измениться. Сейчас вам кажется, что вы оказались в безвыходной ситуации, вас загнали в угол, вы в тупике. Дальше хода нет. У вас есть выбор – забиться в угол и жить в депрессии или научиться летать. Для этого нужно изменить образ мышления. Поймите, «особенный ребенок» – это ребенок с особыми потребностями, связанными с ограничениями его здоровья. Ему необходимо обеспечить определенные условия для жизни и развития. У вашего сына есть нарушения, которые вы можете понять и определить, взаимодействуя с ним, наблюдая за его поведением со стороны.

Мама: Как же мне принять этот диагноз, всю эту ситуацию?

Психолог: Поймите, образ "Я" ребенка формируется во многом под влиянием того, как его воспринимают родители. Если вы не принимаете его особенности, не любите таким, какой он есть - ребенок это чувствует, и это негативно влияет на его самооценку. "Особому" ребенку и так нелегко адаптироваться в социуме, а если он еще и будет ощущать себя неполноценным, то это станет практически невозможным. Кроме того, принятие особенностей сына поможет стабилизировать ваше собственное эмоциональное состояние. А когда ребенок почувствует, что маме хорошо, то и ему станет лучше. Это мобилизует внутренние силы и ресурсы как родителя, так и ребенка для его дальнейшего развития.

Мама: Мне очень тяжело. Я не ожидала таких сложностей, не думала, что они возможны. Как принять случившееся?

Психолог: Да, ситуация действительно непростая, психологически вы пока не готовы ее принять. Крайне важно, чтобы все члены семьи осознали: ребенку необходима помощь, и каждый вносит свой вклад в его развитие. При этом нужно понять одну простую, но очень ценную вещь: ребенок с особенностями не должен становиться центром семейной жизни, а его реабилитация – единственным смыслом существования. Если нарушить этот принцип, то семья начнет буквально "паразитировать" на болезни. Более того, малышу, ставшему единственным смыслом жизни, незачем выздоравливать. Поэтому все колоссальные усилия по его реабилитации часто оказываются малоэффективными или вовсе напрасными.

Вам нужно научиться жить полноценно, не испытывая чувства вины перед сыном и семьей. Находите время позаботиться о себе, отдохнуть, заняться

хобби и даже поработать, самореализоваться. Также важно заботиться о своем психологическом благополучии. Здесь необходимо отделить себя от ребенка и его нарушений. Не стоит ругать или винить себя за то, что малыш родился или стал "особенным". Чувство вины бесполезно, оно принесет лишь вред. Никого не вините.

Как жить с таким ребенком? Просто живите. Это не катастрофа, не крест и не событие, после которого жизнь сразу идет под откос. Все зависит от того, как люди воспринимают свою судьбу. Если вы принимаете реальность и открыты новому, то рождение "особенного" ребенка – это еще одна возможность открыть для себя что-то в жизни.

Мама: Как перестать винить себя в особенностях сына? Скажите, пожалуйста, где я ошиблась? Что сделала не так?

Психолог: Чувство вины – социальный конструкт. Общество навязывает нам представления о хорошем и плохом, и мы все оцениваем через эту призму. В этой ситуации может помочь попытка посмотреть на все со стороны. "Да, у меня есть ребенок. Но он не больной, он другой". Отбросьте мысли "Кто виноват? Мой несчастный малыш". Ребенок с ОВЗ может появиться в любой семье, вне зависимости от достатка, образования, социального статуса родителей. От этого никто не застрахован. В том, что у ребенка есть особенности развития, нет ничьей вины.

Например, аутизм – это расстройство, в возникновении которого играет роль целый комплекс факторов. Огромное значение имеют генетические факторы: нарушения на уровне генов, молекул, содержащих информацию о том, как должен формироваться и развиваться организм человека. Аутизм не возникает из-за невнимательного, грубого или отстраненного отношения к ребенку. Аутизм - не вина родителей, бабушек, дедушек и тем более самого малыша. Это биологическое расстройство.

Мама: Как принять ребенка с ОВЗ?

Психолог: Самое главное в подобной ситуации - постараться не отказываться от социальных контактов, не замыкаться наедине со своей проблемой. Найдите человека или людей, которым вы доверяете, которые смогут понять ваши чувства и эмоции в связи со сложившимися обстоятельствами. Они не станут обесценивать ваши переживания, осуждать, жалеть, но разделят с вами эти чувства, проявят понимание и поддержку. Это могут быть родственники, друзья, психолог. В любом случае, это должны быть люди, с которыми вы сможете откровенно говорить обо всех своих чувствах, даже тех, которые кажутся вам неприемлемыми и ужасными.

Мама: Впадать в панику я себе не позволяю. А что делать дальше?

Психолог: Первое и самое важное - разрешите себе чувствовать. Проблема многих мам, которые приходят ко мне - "замороженные чувства". Им было так

страшно и больно, что проще стало вообще ничего не чувствовать. Но вместе с болью замораживаются и радость, и счастье, и веселье. Учитесь выражать чувства - плакать, злиться. Только делайте это экологично, например, через рисование. Тишина порождает депрессию.

Одна из самых действенных методик – написание писем. Вы чувствуете, что застряли? Напишите себе письмо от лица своего "особенного" ребенка. Уверена, внутри взорвется вулкан. Я ежедневно вижу, что дети, чьи мамы в хорошем настроении и заряжены на успех, показывают лучшие результаты, чем дети мам в депрессии. По возможности отдыхайте, двигайтесь, общайтесь.

Кроме того, постарайтесь найти единомышленников - людей, у которых тоже есть "особые" дети. Это очень сильный ресурс. К счастью, сейчас есть различные клубы, сообщества родителей, группы психологической поддержки. Эти люди смогут вас понять, поделиться опытом, посоветовать специалистов для развития "особых" детей. И вы не будете чувствовать себя одиноко, увидев вокруг людей с такими же сложностями и то, как они с этим справляются.

Если вы найдете поддержку, сможете делиться своими чувствами и эмоциями с другими, это непременно ускорит процесс принятия особенностей ребенка.

Мама: Сколько времени обычно занимает процесс принятия ребенка с особыми потребностями?

Психолог: Этот путь состоит из нескольких этапов, каждый из которых является частью сложного процесса адаптации. Понимание того, что ваш ребенок отличается, запускает серию эмоциональных реакций:

1. **Этап отрицания:** родители могут отказываться верить в диагноз, рассматривая его как ошибку. ("Это не может быть правдой, необходима перепроверка...")
2. **Этап гнева и поиска виновных:** возникают чувства злобы и обиды, направленные на других или самого себя. ("Почему это произошло именно с нами? Кто в этом виноват?")
3. **Этап торга:** родители пытаются 'договориться' с судьбой или болезнью, обещая изменения в обмен на улучшение состояния ребенка. ("Возможно, если мы что-то изменим, ситуация улучшится...")
4. **Этап депрессии:** родители испытывают глубокую печаль и отчаяние, чувствуют себя бессильными перед обстоятельствами. ("Ничего не имеет смысла, никаких перспектив...")
5. **Этап принятия:** приходит осознание неизменности ситуации, и родители находят в себе силы жить дальше, принимая ребенка таким, какой он есть. ("Я понимаю, что не могу это изменить, но мы найдем

способ жить дальше.")

Это путь не легкий и не быстрый, и у каждого он индивидуален.

Обычно психика родителя адаптируется к новым условиям воспитания в течение года. Если после этого времени проблемы со взаимопониманием продолжают, целесообразно поискать консультацию у специалиста психологии. Это способствует эмоциональной стабильности, принятию ситуации, открытию новых внутренних возможностей для жизни и созданию адекватных условий для роста ребенка с особыми потребностями.

Мама: Часто ли проблемы с развитием ребенка становятся испытанием для семьи, и могут ли они привести к разногласиям или разводу?

Психолог: Каковы причины того, что отцы часто отдаляются? Мужчины сталкиваются с трудностями адаптации подобно женщинам. Однако общество зачастую накладывает на них другие ожидания, например, стереотипы о том, что мужчины не должны выражать свои чувства открыто. В результате они переживают все внутренне, что ведет к отдалению от семьи. Кроме того, изменения в поведении жены, ее полная концентрация на ребенке, могут заставить мужа чувствовать себя изолированным. Однако причины разрыва часто кроются не только в появлении ребенка с особенностями развития, но и в уже существующих до этого семейных проблемах.

Мама: Как быть, если мой ребенок не умеет общаться с другими детьми на площадке?

Психолог: Важно учить вашего ребенка с ОВЗ общению с другими, а не стараться изменить поведение окружающих детей. Социализация прежде всего зависит от родителей и их усилий в обучении ребенка навыкам взаимодействия.

Мама: Что мы можем сделать, чтобы поддержать нашего сына?

Психолог: Вера в ребенка от вашей стороны создает основу для его самоуверенности. Ребенку легче справиться с жизненными испытаниями, когда он чувствует поддержку, любовь и принятие дома. Преподнесите жизнь так, чтобы ваш малыш учился преодолевать ее препятствия вместе с вами, используя вас в качестве образца для подражания.

Важно помнить: ваш ребенок - это уникальная личность со своими чувствами и переживаниями. Дети очень тонко чувствуют настроения родителей, поэтому важно передавать им спокойствие и уверенность. В будущем многие задачи, кажущиеся невыполнимыми сегодня, станут осуществимы благодаря реабилитации и вашим стараниям, а также усилиям ребенка. Создайте для своего малыша атмосферу радости и оптимизма.

Ваши дети видят вас как основную поддержку и опору. Жизненно важно для них видеть счастливых родителей, поэтому ваша задача - переосмыслить собственное восприятие жизни, обрести способность радоваться и передавать эти чувства ребенку.

Из беседы с мамой:

«Я стараюсь принять ребенка таким, какой он есть, муж пока не может. Как справиться с эмоциями и принять особого малыша? Что делать дальше? Очень стыдно перед людьми, ребенок иногда ведет себя агрессивно на улице. Мы чаще всего все бросаем, берем его на руки и побыстрее уходим с площадки».

Анализ ситуации психологом

Необходимо помочь клиенту выстроить систему принятия «особенного ребенка». Родители могут чувствовать смятение при осознании уникальных черт своего потомства. Их первая эмоциональная реакция часто заключается в отрицании: "это не может быть со мной". Отрицание обычно сменяется раздражением, которое может быть направлено на врачей, диагностировавших состояние ребенка. Это раздражение также влияет на взаимоотношения в семье. Кажется, что раздражение становится доминирующим ощущением, испытываемым всеми участниками процесса. Это чувство возникает из-за глубокой скорби и чувства потери, которые кажутся непреодолимыми.

Страх является еще одной распространенной реакцией. Родителей больше пугает неопределенность, чем конкретная информация о состоянии ребенка. Однако беспокойство о будущем ребенка является общим для всех родителей: каким он станет в разном возрасте? Что будет с ним, когда родителей не станет рядом? Возникают вопросы о его способности к любви, счастью, смеху и исполнению мечт. Мать может испытывать неуверенность в своих убеждениях относительно ребенка, чувствовать вину и чувство беспомощности в аспектах воспитания и развития своего ребенка.

Стратегия дальнейшей работы с родителем по решению данной проблемы

Совместно с родителем обсудить возможные варианты принятия «особенного ребенка»;

Предоставить памятку для родителя «10 советов родителям детей с ОВЗ»;

Скорректировать детско-родительские отношения, обучить родителей демонстрации принятия по отношению к ребенку;

Дать обратную связь (подчеркнуть позитивную мотивацию родителя – желание решить проблему, помочь себе и ребенку в данной ситуации).

Информация для родителей

Возможные варианты принятия «особенного ребенка»

Живите в настоящем;

Озабоченность будущим может застопорить вас в развитии. Отпустите тревогу о "что будет, если...". Ваше внимание к настоящему моменту поможет вам замечать радостные события каждого дня, ведь беспокойство о будущем лишь растрачивает ваши силы. Сосредоточьтесь на текущих задачах и постепенно преодолевайте их.

Овладейте специализированной лексикой;

Не избегайте новых терминов, с которыми сталкиваетесь. Если в разговоре звучат слова, значение которых вам неизвестно, не стесняйтесь спросить их смысл.

Поиск информации;

Для некоторых родителей важно собирать как можно больше информации, другие могут действовать более спокойно. Ключевой аспект – это поиск верной и проверенной информации. Не стесняйтесь обращаться к экспертам с вопросами, ведь ответы помогут вам лучше понять вашего ребенка. Готовьтесь к встречам заранее, записывая вопросы и ведите заметки во время разговоров. Собирайте копии всех медицинских и образовательных документов, связанных с вашим ребенком. Организуйте их хранение в отдельной папке.

Не поддавайтесь давлению;

Некоторые родители могут ощущать неуверенность перед специалистами, что связано с их профессионализмом и поведением. Не позволяйте себя запугать. Вы имеете все права быть информированными о состоянии вашего ребенка. Не беспокойтесь о том, что ваши вопросы могут показаться навязчивыми: это ваш ребенок и ваша жизнь на кону, поэтому важно узнать всю необходимую информацию. Выражайте свои переживания открыто.

Правила безусловного принятия

Я искренне люблю своего ребенка за то, что он мой.

Мое принятие ребенка неизменно, вне зависимости от его поведения или черт характера.

В моем восприятии мой ребенок является источником гордости, даже когда его поступки могут быть ошибочны. Вина лежит на действиях, а не на личности.

Я твердо верю в наличие множества положительных качеств у моего ребенка, которые важно обнаружить и развить.

Моим желанием является его самореализация и нахождение своего места в жизни.

Жизнь ребенка должна соответствовать не вашим желаниям, а его склонностям, способностям и предпочтениям. Принимая своего ребенка, вы учитесь правильно с ним взаимодействовать.

Памятка для родителей детей с ограниченными возможностями здоровья

1. Не поддавайтесь отчаянию, узнав об особенностях развития вашего ребенка. Да, это огромный стресс и потрясение, особенно если вы ждали здорового малыша. Кажется, будто все мечты рухнули, а будущее полно страданий. Но не падайте духом! Ситуация не безнадежна. Соберитесь с силами, ведь сейчас вы нужны своему ребенку как никогда - сильными, а не сломленными. Запаситесь терпением и помогите себе и малышу. Поборите страх. С любовью, терпением и неустанной заботой вы добьетесь успеха. Успокойтесь и следуйте советам специалистов.

2. Разберитесь в ситуации, в которой оказался ваш ребенок. Чтобы найти выход, нужно действовать обдуманно, а не поддаваться эмоциям. Вашему малышу потребуется медицинская, педагогическая и психологическая помощь.

3. Решите, какая помощь нужна в первую очередь. Медицинская - консультации невролога, психоневролога или психиатра. Строго следуйте рекомендациям врачей по лечению и реабилитации. Если вас тревожит вопрос рождения других детей, проконсультируйтесь у генетика. Диагностика и психолого-педагогическая поддержка также крайне важны. Чтобы скорректировать нарушения развития ребенка, необходима помощь специалистов. В стране есть специальные учреждения для детей с особенностями, где применяются особые методики обучения и адаптации.

4. Осознайте и примите факт, что у вашего ребенка есть особенности развития. Не пытайтесь убедить специалистов, что он ничем не отличается от других. Внимательно прислушивайтесь к их советам. Смиритесь с реальностью - у вашего малыша есть нарушения развития. Многие родители напрасно растрачивают силы, отрицая проблемы или чрезмерно переживая о них. Такой подход бесплоден. Наберитесь мужества признать особенности ребенка. Важно знать о возможностях их коррекции с помощью врачей,

психологов и педагогов.

5. Поменяйте отношение, не считайте своего ребенка бесперспективным. Не преувеличивайте масштаб его проблем. Никогда не говорите, что из него ничего путного не выйдет. В жизни многое непредсказуемо. Все зависит от вашей мудрости, терпения и стараний. Но не ждите чудес - проблемы полностью не исчезнут. Только вы способны максимально помочь своему ребенку. Приучайте его преодолевать посильные препятствия под вашим чутким руководством. Укажите верный путь, но не делайте все вместо него. Проявляйте любовь. Не поддавайтесь унынию - ведь вы лишь в начале непростого пути. Но на нем вашего ребенка ждут радость, успехи и счастье быть любимым.

6. Примите своего ребенка таким, какой он есть. Стройте ваши отношения на любви и доверии. Ваш малыш нуждается в заботе независимо от возраста и особенностей развития. Его присутствие в вашей жизни не означает, что вы несчастны. Напротив, "особенные" дети на редкость искренни, дружелюбны и преданны. Любите своего ребенка, не отвергайте из-за физических или интеллектуальных особенностей! Рано или поздно они перестанут иметь для вас существенное значение. Ведь это ваша родная кровиночка, и главное - он любит вас и нуждается в вашей нежности и защите.

7. Вашему ребенку необходима педагогическая помощь. Чем раньше вы начнете коррекционные занятия, тем успешнее будет результат. Вам нужна консультация специалистов, владеющих методами коррекции различных нарушений развития у детей.

8. Совет маме: Помогите себе, измените отношение к себе. Не думайте, что родили "ненормального" ребенка. Такие мысли деструктивны. Запретите их себе. Не зацикливайтесь на мрачных переживаниях из-за проблем малыша. В трудную минуту вспоминайте светлые моменты из жизни - это поможет преодолеть душевный дискомфорт. Учитесь управлять собой, своими эмоциями, мыслями и поступками. Если накатывает тревога или депрессия - остановитесь. Просчитывайте ситуацию, в которой оказываетесь вы, ребенок и окружающие. При негативном отношении к вам или малышу не вступайте в споры, просто удалитесь. Ведите себя корректно, не позволяйте унижать ваше достоинство. В конфликтных ситуациях уходите, если не можете ничего изменить. Найдите себе занятие, чтобы ощущать свою значимость. Не замыкайтесь в четырех стенах со своим горем, общайтесь с друзьями. Ищите тех, кто поймет и поддержит вас.

9. Совет маме: Измените отношение к отцу ребенка. Не вините мужа в особенностях развития малыша - это ваш общий ребенок. Вовлекайте супруга в заботу о нем, поручайте ему какие-то дела. Пробудите в муже интерес к развитию сына, заразите его своими идеями и успехами.

Добивайтесь, чтобы он не стыдился возить "больного" малыша в коляске, а стал ближе к ребенку сердцем, не замечая физических и психических изъянов. Не фокусируйтесь на недостатках супруга, хвалите его за любовь к малышу.

10. Совет папе: Измените отношение к жене. Она испытывает постоянный стресс из-за рождения "особенного" ребенка. Это вызывает у нее бурю противоречивых эмоций - слезы, гнев, депрессию. Для женщин такой удар судьбы особенно тяжел. Постарайтесь понять переживания супруги. Не упрекайте ее, что родила такого ребенка - он ваш общий. Бессмысленно искать виноватых - есть проблема, которую нужно решать вместе. Будьте настоящим мужчиной - сильным. Передайте жене частицу своего мужества - ей сейчас особенно нужна именно ваша поддержка. Многие считают, что задача отца - лишь материально обеспечивать семью. Но вашей жене, родившей ребенка, необходима еще и душевная, психологическая опора. Поддержите ее словом, отношением к ней и малышу. Пусть она почувствует, что рядом - мужчина, сила и опора, который не оставит в беде. Некоторым мужчинам трудно привыкнуть к роли отца "особенного" ребенка. Им тяжело осознавать, что ребенок, возможно, не сможет воплотить их жизненный опыт и мечты. Но не спешите решать за него сейчас - все может измениться в будущем.

Рекомендации для родителей

Старайтесь максимально вовлекаться в жизнь своего ребенка, окружая его вниманием, заботой и любовью. Ваше присутствие и участие крайне важны для его развития и эмоционального благополучия;

Осваивайте навыки помощи ребенку в повседневных делах, которые пока даются ему с трудом - приеме пищи, одевании, гигиенических процедурах. Попробуйте периодически брать на себя роль мамы или действовать с ней в тандеме. Это поможет вам лучше понимать потребности малыша;

Находите возможность регулярно гулять с ребенком, обеспечивая жене время для дел по дому или полноценного отдыха. Это укрепит вашу связь с ребенком и снимет часть нагрузки с супруги;

Не обращайтесь на бестактные расспросы и непрошенные советы со стороны. Сконцентрируйтесь на своей семье. Доверяйте своей интуиции и действуйте так, как считаете верным;

Проявляйте терпение и понимание, если у ребенка что-то не получается с первого раза. Вместо раздражения предложите ему помощь, покажите, как правильно действовать. Обсудите с женой возможные подходы, опираясь на ее опыт и знания, полученные от специалистов. Ищите решения вместе;

Добавляйте в общение с ребенком побольше игровых моментов, веселья и позитива. Станьте для него источником радости и оптимизма.

Пусть ваше присутствие неизменно вызывает у него улыбку и дарит хорошее настроение;

Будьте для своей семьи надежной опорой и защитником. Дайте жене и детям уверенность, что они всегда могут на вас положиться, независимо от обстоятельств. Совместными усилиями, поддерживая друг друга, вы сможете построить крепкую и счастливую семью.

Итоги консультации

Выявлена и четко сформулирована проблема;

Совместно с родителем определены причины ее возникновения;

Родитель осознал и принял наличие проблемы;

Предоставлены конкретные, практические рекомендации по ее решению;

Намечен план дальнейших действий родителя в домашних условиях;

Подведены итоги беседы, даны ответы на возникшие вопросы, получена обратная связь от родителя.

Полученный результат: В ходе консультации психолог помог родителю понять причины трудного поведения ребенка и дал соответствующие советы. Родитель с готовностью воспринял новые идеи и ценностные установки, касающиеся принятия особенностей ребенка.

Рекомендации родителям

"Цветные маркеры"

Это упражнение помогает развить у детей и взрослых способность управлять мелкой моторикой, а именно удерживание и манипуляции мелкими предметами, такими как маркеры или стилусы. Участники объединяются в пары, становятся на противоположность друг другу на удалении одного-двух шагов и пытаются удержать маркеры, зажимая их между пальцами. Затем вместе меняют положение рук, сохраняя предметы между пальцами.

Дальнейшие этапы включают формирование круга и выполнение разнообразных движений рук, сохраняя маркеры статичными. Для усложнения могут быть введены различные комбинации движений и использование разных пальцев.

Цели упражнения: развитие взаимопонимания и координации в коллективе, улучшение невербальной коммуникации.

"Опыт без ограничений"

Задача этого упражнения – дать детям возможность ощутить жизнь людей с различными ограничениями, тем самым способствуя росту эмпатии и

понимания. Участники группы принимают на себя роли с разными ограничениями и пытаются совместно решить задачи, такие как организация праздника или выбор товаров, используя только доступные им средства коммуникации.

"Прорваться в круг"

В этой активности участники изначально перемещаются случайно, а затем по сигналу пытаются сформировать круг, за исключением одного человека, который должен найти способ присоединиться к группе. Задача круга – сохранять свою целостность. Это упражнение направлено на обсуждение темы инклюзивности и противодействия дискриминации.

Обсуждение рассказа «Кто виноват?»

Недавно Катя столкнулась с необходимостью поделиться с мужем информацией о посещении с сыном Дамиром поликлиники, но не находила подходящего момента для беседы. Ее сердце было переполнено страхом и тревогой при мысли о разговоре: Дамир отличался от сверстников, и Катя, сравнивая его с другими детьми, интуитивно чувствовала особенности его развития. Сложность в том, как объяснить это мужу, давила на нее.

С приходом мужа домой разговор неожиданно свернул на ее здоровье и предположения о причинах состояния Дамира, что еще больше усилило напряжение. Муж, опираясь на слова сестры, поднимал вопросы, ставящие вину на Катю, что вызвало у нее глубокую душевную боль и путаницу в мыслях.

Катя пыталась перенести фокус на общую ответственность за здоровье и развитие сына, подчеркивая, что если идти на обследование, то должны оба, поскольку Дамир – их общий ребенок. Муж, однако, уклонялся от ответственности, предпочитая передать решение проблемы на внешние силы, включая народные методы лечения.

В конце разговор обострился вопросом о необходимости специализированного дошкольного обучения для Дамира, что муж отвергал, полагаясь на свои предубеждения и отрицая советы профессионалов.

Вопросы к обсуждению:

Встречались ли вы с похожими обстоятельствами? Как вы реагируете на советы и замечания партнера по подобным вопросам?

Как действовать, чтобы убедиться, что дебаты о "виноватости" не вредят

отношениям супругов?

Насколько важен вопрос "кто виноват?" для благополучия и будущего вашего ребенка?

Упражнение «Я – особенный»

Инструкция: На старте упражнения взрослыми формируется и вывешивается список вызовов, с которыми сталкиваются люди с ограниченными возможностями здоровья. Затем участники группируются по 4–5 человек и в роли лица с ОВЗ аргументируют свою уникальность и ценность несмотря на физические или умственные отличия. Они пытаются осветить психологические аспекты проблем, с которыми могут столкнуться люди с ОВЗ, пытаясь взглянуть на мир их глазами. Каждая группа создает собственный перечень задач и выставляет его на доску в соседстве с изначальным.

Следующий шаг — анализ обоих списков с целью выявления схожих проблем и обсуждение различий между ними, а также рассмотрение, какой список больше соответствует действительности и почему.

Список литературы

1. Лукьянова, И.В. "Экстремальное материнство: Счастливая жизнь с трудным ребенком". Москва: Никая, 2019.
2. Манске, Священник. "Каждый ребенок — особенный: Иллюзия дефекта". Москва: Никая, 2017.
3. Лапина, Л.Ю. "Счастье сильнее страха: Книга поддержки родителей особых детей". Москва: Никая, 2019.
4. Костарева, Л.А. "Особенный ребенок: Коррекционные занятия для подготовки к школе". Ростов-на-Дону: Феникс, 2021.
5. Уилльямс, Катарина; Робертс, Жаклин. "Понимание аутизма: Руководство для родителей". Ростов-на-Дону: Феникс, 2021.
6. "Детский Церебральный Паралич: История о том, как родительская любовь победила тяжелую болезнь". Санкт-Петербург: Питер, 1998.
7. Бакк, Анн; Грюневальд, Карл. "Забота и уход: Книга о людях с задержкой умственного развития". Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский институт раннего вмешательства, 2001.

Консультация для родителей дошкольников: "Как легко и тихо уложить ребенка спать"

Актуальность: Полноценный отдых днем и ночью имеет огромное значение для гармоничного развития детей, влияя на их физическое здоровье и

эмоциональное самочувствие. Научные исследования доказывают, что достаточный сон способствует очищению нейронов мозга и улучшает способность к обучению.

Для дошкольников рекомендуется сочетать ночной сон с дневным отдыхом, даже если после него возникают сложности с засыпанием вечером. При этом постоянный недосып может вызвать проблемы с концентрацией внимания, перепады настроения и трудности в коммуникации.

Цель и задачи консультации

Цель: Познакомить родителей с особенностями дневного и ночного сна дошкольников.

Задачи:

- Изучить психолого-педагогическую литературу по запросу родителя;
- Определить важность соблюдения норм сна для дошкольников;
- Проинформировать родителей о специфике дневного и ночного сна детей;
- Ознакомить родителей с наиболее действенными способами и приемами укладывания ребенка;
- Развить навыки общения родителей с ребенком во время взаимодействия перед сном.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

«В последнее время мой сын Влад (5,5 лет) изменился: активен весь день, потом становится вялым, легко раздражается. Не хочет спать днем, вечером возникают трудности с засыпанием.»

Ход консультации

Уточнение запроса:

Психолог: Здравствуйте! Давайте уточним цель вашего обращения. Правильно ли я поняла, что вас беспокоит поведение сына и его нежелание ложиться спать?

Мама: Да, верно! Мне кажется, я перестала справляться с воспитанием Влада и не могу понять причину изменений в его поведении.

Психолог: Давайте попробуем в этом разобраться.

Мама: Давайте!

Психолог: Наталья Анатольевна, вы обращались к другим специалистам?

Мама: Нет, а зачем? У Влада хорошее здоровье. Я думаю, вы сможете помочь мне решить эту проблему.

Психолог: Отлично! Давайте выясним, что происходит с Владом? Произошли ли в последнее время какие-то изменения в вашей семье?

Мама: Мы живем с мужем и его родителями, которые недавно уехали на отдых к знакомым. Больше никаких перемен не было.

Из беседы с мамой:

Психолог: Кто обычно занимался с ребенком по вечерам? Кто укладывал его спать?

Мама: Чаще всего с Владом занималась бабушка. Она читала ему сказки, играла. Теперь по вечерам он проводит время с папой, они активно двигаются. А я в это время готовлю ужин. После ужина снова игры или просмотр фильмов. Влад все это время с нами. Ложимся спать около 23 часов. Но уложить сына в это время стало сложно. С каждым днем он становится капризнее или раздражительнее. Бывает и вялым, но даже тогда засыпает с трудом. Вроде бы и спать хочет, но уснуть не может.

Анализ ситуации психологом

Нужно понимать, что изменения в повседневной жизни Влада, связанные с отъездом бабушки, нарушили привычный режим. Раньше бабушка следила за соблюдением распорядка дня, включая сон и бодрствование мальчика, тогда как родители этому аспекту не придавали должного значения. В итоге у Влада стало возникать избыточное возбуждение перед сном, приводящее к усталости и капризам. Важно восстановить для ребенка стабильный распорядок дня, особенно вечером. Рекомендуется больше внимания уделять подготовке ко сну через спокойные игры и действия, способствующие релаксации и умиротворению.

Стратегия последующей взаимодействия с родителями для решения выявленной проблемы

Выявить совместно с родителем возможные причины негативного поведения ребенка;

Проинформировать о физиологической потребности ребенка во сне и негативных последствиях недосыпания;

Познакомить родителей с последовательностью укладывания ребенка на дневной и ночной сон;

Удовлетворить потребность ребенка в родительской любви;

Проинформировать о правилах семейного воспитания, помочь выработать единые правила поведения с ребенком для всех членов семьи;

Обратная связь: укрепить желание родителя решить проблему с поведением ребенка.

Этап исследования причин нежелательного поведения ребенка совместно с родителем

Психолог: Ваше мнение, из-за чего могло появиться такое поведение вашего ребенка?

Мама: Не уверена. Раньше все было нормально, никаких проблем не было.

Психолог: Как вы думаете, почему поведение Влада отличалось, когда за ним присматривала бабушка?

Мама: Не могу сказать точно. Она вела себя с ним иначе.

Психолог: Можете ли вы разъяснить, в чем заключалась эта разница?

Мама: Вечерами они предпочитали тихие игры или чтение книг, и к 22:00 они уже спали, а Влад к тому времени тоже уже был в кровати.

Психолог: Вы одобряете такой подход к режиму сна?

Мама: Конечно. Мне даже понравилось, что наступала тишина. И меня всегда удивляло, что Влад сам ложился спать без сопротивлений и криков!

Психолог: Отлично! Похоже, ваш ребенок приучился к самостоятельности и следованию правилам поведения перед сном под влиянием взрослых. Вы это подтверждаете?

Мама: Верно. Мне стоит заниматься с ребенком тихими видами деятельности и выполнять домашние обязанности вместе. Мне нравится проводить с ним время таким образом.

Психолог: А как относится к взаимодействию с сыном ваш муж?

Мама: Все хорошо, только он предпочитает играть с ним в активные игры вечерами. В течение дня он видится с Владом только по выходным.

Психолог: Прекрасно! Как вы думаете, чем вы можете помочь вашим мужчинам в эти моменты?

Мама: Может быть, стоит ограничить шумные игры и, что самое важное, проявлять терпение. Но я не всегда знаю, как это лучше осуществить...

Психолог: Я вам обязательно помогу. Вы знакомы с рекомендациями по продолжительности сна для детей и взрослых, а также с их важностью?

Мама: Да, но я только знаю, что детям нужно спать больше, чем взрослым.

Информация для родителей

Психолог: Позвольте рассказать вам о необходимости сна для здоровья человека и рекомендуемой продолжительности сна для ребенка.

Треть жизни человек проводит во сне, который является залогом здорового развития и роста ребенка. Дефицит сна может вызвать изменения в поведении: раздражительность, плаксивость и даже агрессию, а также трудности в общении и взаимодействии с окружающими. Невыспавшиеся дети часто испытывают сложности в адаптации и обучении, им непросто полностью раскрыть свой потенциал.

Сон важен не только для восстановления физических сил, но и для обработки и сохранения информации, усвоения нового и регуляции эмоций. Он играет ключевую роль в экономии энергии, поддержании уровня сознания, терморегуляции, созревании нейронов мозга и упрочении связей между его клетками.

Индивидуальная потребность детей во сне может слегка различаться, но есть общие рекомендации по его продолжительности в зависимости от возраста:

Для детей 1-3 лет рекомендуется 12-14 часов сна в сутки;

Для детей 3-5 лет – 11-13 часов;

Для детей 5-12 лет – 10-11 часов.

Считается, что для дошкольников желательно включать в распорядок дня время для дневного отдыха. Хотя родители могут опасаться, что после дневного сна ребенок не захочет спать ночью, важно помнить, что из-за высоких потребностей в сне у детей одного ночного отдыха может быть недостаточно, особенно в младшем возрасте.

.Фазы сна

Сон представляет собой многоуровневый процесс, охватывающий четыре разные фазы. Он альтернирует между фазами глубокого сна (без мечтаний) и фазами активного сна (периоды сновидений, также известные как REM-фазы).

Сон регулируется двумя основными ритмами:

1. Ультрадианный ритм – это чередование разных фаз сна, включая глубокий и активный сон.
2. Циркадианный ритм – это суточный цикл сна и бодрствования.

Детский сон имеет свои особенности по сравнению со сном взрослого: он более легкий и чувствительный. У детей большую часть времени занимает активный сон, в то время как у взрослых его доля составляет всего около 25%. В период активного сна возможно заметить быстрые движения глаз под веками малыша, это время, когда он видит сны. Этот этап тесно связан с внутренними часами организма, его ритм меняется в течение ночи и длится

в среднем около одного часа у детей и полутора часов у взрослых. В течение 8-часового ночного отдыха обычно проходит от четырех до шести таких циклов, каждый из которых включает моменты кратковременного пробуждения.

Детский цикл сна и бодрствования относится к циркадным ритмам, которые функционируют независимо от внешней среды, но могут модифицироваться под ее влиянием и адаптироваться к изменениям. Формирование такого ритма происходит в первый год жизни и зависит от созревания нейроэндокринной системы ребенка. В этом контексте ключевую роль играет установление корректного распорядка сна и активности, при этом режим питания выступает регулирующим фактором.

Важность регулярного сна

Поддержание установленного распорядка сна и отдыха улучшает функционирование организма в целом, способствуя улучшению памяти, нормализации метаболизма, повышению внимания, снижению риска сердечно-сосудистых заболеваний, укреплению иммунной системы и стабилизации эмоционального состояния.

Информация для родителей

"Почему детям необходимо больше сна"

1. **Сердечное здоровье:** Адекватный сон предотвращает стрессовые воздействия на сердце детей, оберегая их от повышенных уровней кортизола и глюкозы в крови, что благоприятно сказывается на сердечно-сосудистой системе. Установление стабильного режима сна особенно важно в периоды изменений в жизни ребенка.
2. **Иммунитет:** Во время сна организм вырабатывает защитные белки - цитокины, необходимые для борьбы с инфекциями и воспалениями. Недостаток сна снижает их производство, ослабляя иммунитет ребенка.
3. **Рост:** Во время глубокого сна выделяется гормон роста. Дети, страдающие нарушениями сна, могут расти медленнее сверстников.
4. **Контроль веса:** Недостаток сна влияет на выработку лептина, гормона, отвечающего за чувство сытости, что может привести к перееданию и ожирению.
5. **Риск диабета:** Качественный и достаточный сон снижает вероятность развития диабета первого типа на 24%.
6. **Профилактика травм:** Полноценный сон у детей дошкольного возраста снижает риск получения травм из-за улучшения внимания и координации.
7. **Внимание и концентрация:** Недостаток сна связан с синдромом дефицита внимания. Даже дополнительные 30 минут сна ночью могут

- улучшить настроение и успеваемость.
8. **Учеба и познание:** Сон необходим для закрепления полученной в течение дня информации, особенно это касается дневного сна и способности вспоминать учебный материал.
 9. **Эмоциональный интеллект:** Дети, получающие достаточно сна, лучше распознают эмоции других людей и способны к эмпатии.
 10. **Развитие речи:** Глубокий сон способствует обработке и упорядочиванию лингвистической информации, что положительно влияет на речевое развитие.
 11. **Важность сна неопределима**, и его роль в развитии ребенка невозможно восполнить в будущем. Нормализация сна является ключом к здоровью и гармоничному развитию детей.

Организация сна малыша

Правильная подготовка к сну крайне важна для здоровья и благополучия ребенка. Старайтесь избегать активных игр перед сном и минимизировать эмоциональные волнения. Вечернее купание следует проводить за 1,5-2 часа до отхода ко сну, а затем – кормление и сон. Установите стабильный ежедневный ритм для малыша, формируя правильный циркадный ритм.

Дневное кормление лучше совмещать с эмоциональным общением. Для дневного сна не требуется полной изоляции от внешних звуков, в отличие от ночного, когда следует обеспечить тишину и спокойствие. Правильно установленный режим способствует здоровому развитию ритма сна и бодрствования.

Важные правила для обеспечения здорового сна

1. **Отдельный сон:** С года ребенок должен спать в своей кроватке, что способствует формированию индивидуальности и независимости.
2. **Кровать для сна:** Избегайте наличия игрушек в кровати. Используйте кровать исключительно для сна.
3. **Сонные ритуалы:** Создайте успокаивающие ритуалы перед сном, такие как чтение книги или прослушивание спокойной музыки, чтобы подготовить ребенка ко сну.
4. **Реакция на пробуждение:** Не спешите утешать ребенка при первых звуках беспокойства; это поможет ему научиться самостоятельно засыпать.
5. **Подготовка ко сну как к приятному моменту:** Не используйте сон как наказание. Подготовка ко сну должна быть комфортной и приятной для ребенка.

Сон детей от 2 до 7 лет

Придерживайтесь установленных ритуалов и проявляйте твердость в

их исполнении;

Избегайте перевозбуждения перед сном;

В случае ночных кошмаров успокаивайте ребенка и возвращайте его в его кроватку;

Обеспечьте ребенку достаточное количество времени с родителями днем, чтобы он не чувствовал острого дефицита внимания вечером.

Коррекция нарушений сна включает создание подходящих условий и ритмов, обеспечение правильного питания и активного образа жизни. Медикаментозное лечение следует рассматривать только по рекомендации врача. Установление ритма сна и бодрствования имеет решающее значение для здоровья и развития вашего ребенка.

Рекомендации родителям

Памятка: Как правильно уложить ребенка спать

1. **Соблюдение режима дня:** Установите и придерживайтесь регулярного расписания пробуждения, питания и сна. Детям полезно засыпать на 1-2 часа раньше обычного взрослого времени сна.
2. **Исключение перевозбуждения:** Перед сном обеспечьте спокойную атмосферу. Избегайте активных игр, использования гаджетов и шумных занятий.
3. **Вечерние ритуалы:** Создайте последовательные действия перед сном, такие как чистка зубов, чтение книг, прослушивание спокойных сказок, спокойное обсуждение дня, объятия и пожелания доброй ночи.
4. **Приглушение света:** Используйте ночник или приглушенный свет. Это помогает в выработке мелатонина и способствует лучшему засыпанию.
5. **Засыпание с любимой игрушкой:** Позвольте ребенку засыпать с мягкой игрушкой, создавая игровую атмосферу спокойного отхода ко сну.
6. **Ассоциация кровати со сном:** Обеспечьте, чтобы детская кровать использовалась только для сна, исключая в ней игры и другие активные действия.
7. **Обращение за помощью при проблемах со сном:** Если у ребенка возникают трудности со сном, не стесняйтесь обращаться за консультацией к специалистам.

Следуя этим простым рекомендациям, вы поможете своему ребенку лучше засыпать и обеспечите ему здоровый и крепкий сон.

Итоги консультации

Идентифицированная проблема: нехватка сна и нарушение установленного распорядка дня привели к нежелательному поведению ребенка;

В ходе консультации с родителями были выяснены основные причины проблемного поведения;
Мама осознала проблему и выразила готовность работать над ее решением;
Предоставлены точные наставления для исправления сложившейся ситуации;
Определен план действий для родителя по коррекции поведения ребенка в домашних условиях;
В конце встречи были подведены итоги разговора, даны ответы на вопросы, оставшиеся у родителей, и проведена процедура сбора обратной связи (через анкетирование оценки предоставленных услуг).

Полученный результат: в ходе совместной работы психолог и родители определили корни проблемного поведения ребенка и разработали стратегию его коррекции. Родитель подтвердил понимание и принятие предложенных методов и подходов к дальнейшему воспитанию.

Рекомендации родителям

Игры и упражнения перед сном

Пожелания "спокойной ночи" становятся ежевечерним ритуалом для многих родителей. Однако не каждый осмысливает глубинный смысл этих слов. Эксперты в области здравоохранения подчеркивают необходимость полноценного отдыха для детей: во время сна ребенок "очищает" свой разум от дневных переживаний, позволяя телу восстановиться. Чтобы обеспечить глубокий и мирный сон ребенка, родители должны сформировать вечерние привычки, способствующие расслаблению и уходу ко сну.

Психологи советуют завершать все активные игры минимум за два часа до отхода ко сну, чтобы избежать чрезмерного возбуждения ребенка перед сном. Британские доктора предлагают проводить релаксационный массаж за сорок минут до сна - мягкое и успокаивающее поглаживание помогает расслабиться.

В Гватемале существует уникальный обычай: рядом с детской кроваткой кладут шесть миниатюрных кукол. Ребенок перед сном доверяет каждой кукле свои переживания, после чего куклы прячутся под подушку. Верится, что таким образом уходят все тревоги. Во Франции дети засыпают в строго установленное время и получают от родителей любимую игрушку, которая часто передается по наследству.

Наши дети зачастую воспринимают отход ко сну как наказание, особенно

после веселых игр. Они могут думать, что взрослые продолжают развлекаться без них. Важно объяснить детям, что ночное время предназначено для сна всей семьи, включая родителей.

В старину говорили о "вечернем непоседе", который находит ребенка перед сном. Чтобы подготовить ребенка ко сну, предложите ему за два часа до отхода к отдыху спокойные виды деятельности. Ниже приведены примеры игр и занятий, которые помогут успокоить вашего ребенка перед сном.

Рекомендации родителям

Спокойные игры перед сном

«Три тишины»: Время, когда родители и ребенок молчат на несколько минут и слушают окружающие звуки. После паузы они делятся своими впечатлениями. Например, родитель рассказывает о разговоре птиц за окном, представляя их диалог. Это упражнение помогает семье научиться находить умиротворение в тишине и прислушиваться к природе.

«Запомни игрушку»: Родители выкладывают на стол несколько игрушек, после чего они исчезают под покрывалом. Ребенок должен угадать, какая игрушка была убрана. Это упражнение способствует развитию памяти и внимательности у ребенка.

«Ковер-самолет»: Рассказывание историй на тему магических путешествий на "волшебном ковре", который ведет их в сказочные места. Вместе они придумывают увлекательные приключения, что способствует развитию воображения и творческих способностей.

«Волшебные карандаши»: Игра с использованием листа бумаги и цветных карандашей, в которой ребенок и родитель по очереди рисуют и создают собственную историю. Это упражнение стимулирует креативность и укрепляет эмоциональную связь между родителем и ребенком.

Игру можно адаптировать: пусть ребенок начнет с рисования простой линии, а родитель дополнит ее, создавая образ. Важно, что не требуется профессионального искусства или таланта – даже самые забавные и странные изображения могут радовать и вдохновлять малыша.

«Почемучка»: Родители задают вопросы, на которые ребенок отвечает, используя свою фантазию. Это упражнение помогает развивать творческое мышление и общие навыки решения проблем.

«Найди букву»: В этой игре ребенок ищет определенную букву на странице книги, что способствует развитию навыков чтения и внимания к деталям.

«Объятия»: Это упражнение предлагает вам обнять вашего ребенка и

произнести на его ушко десять ласковых слов. Вы можете сказать такие слова, как любимый, умный, послушный, сильный, смелый, талантливый, заботливый, красивый, бесстрашный, добрый. Затем поменяйтесь местами и дайте ребенку высказать приятные слова о вас. Эта игра способствует укреплению связи между вами и вашим ребенком, а также помогает ребенку почувствовать уверенность в своих силах.

«Спрятанное слово»: Когда ваш ребенок готовится ко сну, напишите на бумаге три слова, например, "лакой" – "клоун". Попросите ребенка разгадать, какое слово вы "скрыли". Другой пример: "акшок" - "школа". Запишите слова крупными буквами и дайте возможность ребенку использовать одну подсказку, к примеру, пусть узнает, с какой буквы начинается загаданное слово.

«Рисунок по памяти»: Разложите на прикроватной тумбочке 5 предметов. Затем накройте их тканью и попросите ребенка отвернуться. Уберите один из предметов, после чего малыш должен нарисовать их все из памяти. После этого снимите покрывало и сравните, все ли предметы были воспроизведены точно. Эта игра усиливает зрительную память.

«Сказка на двоих»: Поочередно сочиняйте с ребенком сказку, где каждый из вас добавляет по предложению. Начните, к примеру, с фразы: "В некоем далеком королевстве жил-был маленький принц". Затем ребенок может добавить: "Однажды он отправился в лес и встретил там лесного духа". Позвольте вашим фантазиям взлететь. Позже вы можете иллюстрировать созданную историю и составить собственную книжечку, которой будете гордиться. Эта игра не только развлекает, но и помогает преодолевать психологические препятствия, стимулирует творческое и интеллектуальное развитие вашего ребенка.

Не уходите сразу из комнаты после того, как ваш ребенок уснет. По результатам исследований японских ученых, первые пять минут после засыпания сознание ребенка все еще находится в полуактивном состоянии. Это время, когда подсознание наиболее открыто к впечатлениям. Так, проведя рядом с кроваткой несколько минут и тихо говоря о том, насколько ваш малыш добр, умён, храбр и любим, вы можете помочь ему преодолеть страхи и неуверенность. Потратив всего пять минут, вы принесете большую пользу для психического здоровья вашего ребенка. Качественный сон важен не только для физического, но и для психического состояния. Во время сна улучшается циркуляция крови, стабилизируется сердечный ритм, и мозг получает больше кислорода. Обязательно спойте ребенку колыбельную перед сном. Пусть ваши дети видят во сне только радостные и красочные сны!

Список литературы

1. Вайсблут, М. "Здоровый сон – счастливый ребенок". Пер. с англ. 2-е изд. Москва: Альпина нон-фикшн, 2015. 613 с.
2. Карп, Х. "Детский сон. Простые решения для родителей". Москва: Альпина нон-фикшн, 2016. 452 с.
3. Хогг, Т.; Блау, М. "Чего хочет ваш малыш?". 4-е изд. Москва: Альпина нон-фикшн, 2017. 350 с.
4. <https://www.b17.ru/bondarenko-t-a/#consultation>

Консультация для родителей старших дошкольников: "Старт в школьную жизнь: оценка и подготовка вашего дошкольника"

Актуальность: Готовность к школе во многом определяет успешность обучения и развитие ребенка в дальнейшем. Но, согласно исследованиям, до 40% детей приходят в первый класс неподготовленными. Это может касаться социальных, психологических, эмоционально-волевых аспектов. Поэтому проблема готовности дошкольников к школе всегда актуальна.

Цель и задачи консультации

Цель: Информировать родителей о главных моментах подготовки детей к школе.

Задачи:

- Помочь организовать домашнюю подготовку;
- Повысить осведомленность и вовлеченность родителей в этот процесс.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Уточнение запроса:

Психолог выясняет, что маму в первую очередь волнует готовность ребенка к школьным требованиям и условиям.

Анализ возрастной специфики и критериев готовности

Подготовка к школе должна учитывать возрастные психологические особенности ребенка. Ее важные компоненты:

- развитие мелкой моторики;
- обогащение словаря;
- знакомство с окружающим миром;
- социальная адаптация.

Стратегии подготовки

1. Игра "В школу". Знакомьте малыша со школьной жизнью через игру.
2. Подготовительные курсы. Запишите ребенка в школу будущих первоклассников.
3. Учимся завершать дела. Приучайте доводить начатое до конца, не бросать на полпути.
4. Чтение и обсуждение. Читайте вместе, особенно рассказы о школе, делитесь впечатлениями.
5. Самостоятельность. Поощряйте инициативу и независимые действия.
6. Развивающие игры. Используйте настолки и логические задания для тренировки интеллекта.

Анализ текущей ситуации

Учитывая образование мамы и ее желание заниматься с ребенком, она сможет эффективно организовать подготовку. При этом важно избегать перегрузок и поддерживать интерес малыша.

Стратегия последующей взаимодействия с родителями для решения выявленной проблемы

Играйте с ребенком "в школу", рассказывайте о ней, общайтесь с теми, кто уже учится;

Запишите в школу будущих первоклассников, где он познакомится с учителем и распорядком;

Учите преодолевать трудности, завершать начатое;

Читайте вместе, обсуждайте, отдавайте предпочтение рассказам о школе;

Дайте больше самостоятельности, чтобы ребенок чувствовал себя уверенно без вас;

Развивающих игр и загадок достаточно для интеллектуально-психологической подготовки. Не перегружайте занятиями во избежание потери мотивации;

Умеренно развивайте память, мышление, внимание, воображение.

Выяснение причин беспокойства родителя

Мама: Развивашки, персональные педагоги, танцы... Нужно ли все это для подготовки к школе?

Психолог: Родители, ратующие за беззаботное детство, пускают процесс на самотек. Думают, ребенка и так нагрузят в школе, пусть пока бегает и отдыхает. Ни развивающих занятий, ни социализации, ни базового воспитания. В таких случаях приходится выносить неутешительный вердикт. Родителям нужно четко понимать, в чем заключается психологическая

подготовка к школе, когда она начинается и какова их роль.

Мама: С какого возраста начинать занятия?

Психолог: Заниматься с ребенком необходимо на протяжении всего дошкольного возраста. Целенаправленную подготовку к школе советуют начинать с 5 лет. Процесс должен быть максимально щадящим, плавным, поэтапным. Никаких стрессов и перегрузок, иначе к 1 сентября первоклассник потеряет всякое желание учиться.

Информация для родителя

Психолог: Давайте обсудим качества, необходимые для будущего первоклассника. Важно, чтобы ребенок демонстрировал определенные этические и волевые качества: упорство, прилежание, концентрацию внимания, терпимость, чувство долга, пунктуальность и порядочность. Эти черты определяют, насколько комфортно ребенку будет обучаться, и влияют на его отношение к школьной жизни.

Дети, которые не обладают этими качествами, часто бывают рассеянными в классе и не проявляют активности в поиске новых знаний, легко усваивая только то, что не требует значительных усилий. Иногда родители замечают, что их дети уже в начале учебного года теряют интерес к школе из-за усталости от обучения.

Кроме личностных качеств, подготовленность к школе включает в себя и определенный уровень интеллектуального развития. Важно не только наличие базовых знаний у ребенка, но и способность эффективно их использовать для решения различных задач. Хотя родители и радуются, когда их малыш запоминает тексты или стихи, более важно развивать у ребенка понимание прочитанного, способность адекватно пересказывать содержание без искажения смысла и последовательности событий.

Взаимодействие с ребенком, например, обсуждение наблюдений, ведение бесед, поможет ребенку ощутить себя исследователем. Попробуйте играть в определение форм облаков, оцените глубину луж или исследуйте природные явления вместе, чтобы стимулировать его любознательность и развить наблюдательность.

Как родители могут помочь подготовиться к школе?

Развивайте настойчивость, трудолюбие, умение завершать начатое;
Формируйте мыслительные способности, любознательность через элементарные опыты. Пусть ребенок рассуждает вслух;
Не давайте готовых ответов, заставляйте размышлять, исследовать;
Ставьте перед проблемными ситуациями. Например, выяснить, почему

вчера снег лепился, а сегодня нет;
Обсуждайте прочитанные книги. Выясняйте, как ребенок понял смысл, сумел ли вникнуть в причины событий, верно ли оценил поступки героев;
Развивайте самостоятельность (быстро одеваться, следить за внешним видом);
Выучите домашний адрес, путь из школы;
Повторите правила дорожного движения;
Учите жить в коллективе, сотрудничать, быть доброжелательным и вежливым, помогать другим;
Главное - мотивируйте к учебе. Чаще беседуйте, для чего нужна школа, чему хотелось бы там научиться.

Если родители спокойно относятся к поступлению в первый класс, отвечают на все вопросы, не пугают "уроками", то кризис перехода из дошкольного в младший школьный возраст может пройти незаметно.

Итоги консультации

Обозначена проблема;
Выявлены причины тревоги родителя;
Он признал наличие сложностей;
Даны конкретные рекомендации;
Намечен план дальнейшей работы в семье;
Подведены итоги, получена обратная связь.

Результат: психолог и родитель пришли к единому мнению. Чтобы ребенок с радостью пошел в первый класс и был готов к учебе, чтобы она была успешной и продуктивной, нужно прислушаться к советам психологов и педагогов. Мама позитивно восприняла идеи и ориентиры для дальнейшего воспитания сына.

Рекомендации родителям

Познавательная готовность к школе

Мама: Что такое домашняя подготовка?

Психолог: Это упражнения на развитие когнитивных способностей. Например:

Память и внимание. Разложите школьные предметы (ручку, тетрадь, карандаши). Пока ребенок не видит, что-то уберите или поменяйте местами. Вернувшись, он должен заметить изменения.

Воображение. Покажите картинки на школьную тему (как ежик опоздал на урок). Ребенок сочиняет по ним связный рассказ.

Мышление. Составьте ряд чисел (от 10 до 25). Дошкольник вычеркивает

определенную цифру (2) при каждом ее появлении.

Речь. Устройте праздник школьных вещей. Расскажите, как устроена и работает шариковая ручка. Попросите сочинить про нее сказку. Так обогащается словарь, развивается грамматика.

Мотивация. Читайте сказки о том, как трудно животным и детям, не посещающим школу. И наоборот, как там весело и полезно учиться.

1-2 таких упражнения в день – отличная психологическая подготовка к школе.

Рекомендации для родителей: "Как помочь ребенку преодолеть нежелание или страх перед школой"

1. Выполняйте занятия регулярно (2-3 раза в неделю, в определенное время);
2. Для детей 6-7 лет продолжительность занятия должна быть не более 30 минут;
3. Рекомендуется заниматься рисованием, письмом, чтением, лепкой, вырезанием, склеиванием за столом;
4. Предусмотреть 10-15 минут работы за столом и 10-15 минут на коврике для перерыва и расслабления;
5. Не проводите занятия, если ребенок чувствует себя плохо или настроен против них;
6. Начните с заданий, которые нравятся ребенку или которые ему легко даются, чтобы повысить его уверенность;
7. Относитесь к трудностям и неудачам спокойно и без раздражения. Не критикуйте и не унижайте за ошибки;
8. Поддерживайте ребенка, когда у него что-то не получается, и с терпением разъясняйте сложные моменты;
9. Поощряйте ребенка во время учебного процесса;
10. Не настаивайте на многократном повторении заданий, которые вызывают трудности. Лучше снизить уровень сложности;

Игры на формирование мотивации

"Собери портфель в школу"

Дети сидят в кругу. Первый называет предмет, нужный в школе, и "кладет" его в портфель. Следующий повторяет названное и добавляет свой предмет. И так по кругу. Последний ребенок перечисляет все, что собрали.

"Урок-перемена"

Ведущий называет виды деятельности (играем, читаем, пишем, считаем, рисуем). Дети отвечают, когда этим заниматься - на уроке или перемене.

Затем правила меняются. Ведущий говорит "на уроке", "на перемене", "после уроков". Ребенок называет соответствующие занятия: на уроке я слушаю

учителя, пишу, леплю.

Мама: Есть ли тест на готовность родителя к поступлению ребенка в школу?

Психолог: Да, тест С.К. Нартовой-Бочавер, Е.А. Мухортовой "Скоро в школу!".

Оцените согласие с утверждениями:

1. Мой ребенок будет учиться хуже других.
2. Боюсь, он часто будет обижать одноклассников.
3. Четыре урока - непомерная нагрузка для малыша.
4. Учителя начальных классов вряд ли хорошо понимают детей.
5. Ребенок может спокойно учиться, только если учитель - его мама.
6. Трудно поверить, что первоклассник быстро научится читать, считать, писать.
7. Дети в этом возрасте еще не способны дружить.
8. Боюсь представить, как мой ребенок будет обходиться без дневного сна.
9. Мой малыш часто плачет при общении с незнакомыми взрослыми.
10. Он не ходит в детсад и никогда не расстается с матерью.
11. Начальная школа редко может чему-то научить.
12. Боюсь, что дети будут дразнить моего ребенка.
13. Он явно слабее сверстников.
14. Учитель не сможет уделить внимание успехам каждого.
15. Мой ребенок часто говорит: "Мама, мы пойдем в школу вместе!"

Поставьте крестик, если согласны:

1/ 2/ 3/ 4/ 5/

6/ 7/ 8/ 9/ 10/

11/ 12/ 13/ 14/ 15/

Результаты:

0-4 балла – вы готовы к школьной жизни ребенка, можете оптимистично ждать 1 сентября.

5-10 баллов – стоит заранее подготовиться к возможным сложностям.

Больше 10 баллов – желательно проконсультироваться с детским психологом.

Обратите внимание, в каких столбцах 2-3 крестика:

1 столбец: Рекомендуется добавить больше занятий, направленных на развитие памяти, внимания и мелкой моторики.

2 столбец: Важно обратить внимание на способность ребенка общаться со сверстниками.

3 столбец: Следует учитывать возможные проблемы со здоровьем и

использовать время для закаливания и укрепления организма.

4 столбец: Существует риск того, что ребенок не сможет наладить контакт с учителем; рекомендуется проводить сюжетные игры для развития этого навыка.

5 столбец: Необходимо обратить внимание на то, что ваш ребенок может быть недостаточно самостоятельным и слишком сильно привязан к матери.

Основные показатели готовности детей к обучению в школе

Адекватное физическое состояние, гармония движений, сила мышц, точность и гармония взаимодействия между руками и глазами, способность использовать письменные принадлежности, такие как ручка, карандаш, кисть;

Интерес к образовательному процессу, стремление к обучению, восприятие учебы как значимой активности, желание изучать новое, увлеченность учебным процессом;

Способность к дисциплинированному поведению, соблюдение установленных норм и режима, самоорганизация;

Когнитивная инициатива, умение различать детали, осуществление логических действий, целенаправленное запоминание;

Независимость, стремление находить ответы и объяснения на новые вопросы, предлагать различные решения;

Способность к общению, умение взаимодействовать в группе, учитывать интересы окружающих, обладание коммуникативными навыками;

Старательность, стремление выполнять работу для собственного развития и помощи другим, понимание значимости заданий;

Ориентация в окружающем пространстве и времени, осведомленность о временных понятиях.

Список литературы

1. Авраменко, Н.К. "Подготовка ребенка к школе". Москва, 1972. – 48 с.
2. Агафонова, И.Н. "Психологическая готовность к школе в контексте проблемы адаптации". "Начальная школа", 1999, № 1, с. 61-63.
3. Буря, Р.С. "Готовим детей к школе". Москва, 1987. – 93 с.
4. Венгер, Л.А. "Домашняя школа". Москва, 1994. – 189 с.
5. Венгер, Л.А. "Готов ли ваш ребенок к школе?". Москва, 1994. – 189 с.
6. Венгер, Л.А. "Психологические вопросы подготовки детей к обучению в школе". "Дошкольное воспитание", 1970. – 289 с.
7. "Готовность к школе". Под редакцией Дубровиной, М. 1995. – 289 с.
8. "Подготовка детей к школе в СССР и ЧССР". Под редакцией Парамоновой, Л.А., Москва, 1989.

Консультация для родителей: "Домашняя арттерапия: укрепление семейных уз и облегчение стресса для всех возрастов"

Актуальность: В современном быстром и напряженном обществе становится крайне важным обучаться методам снижения стресса и укрепления семейных уз. Одним из действенных способов может служить арттерапия.

В узком смысле арттерапия рассматривается как вид психотерапии, который использует художественное творчество как основной инструмент. В более широкой интерпретации, она охватывает разнообразные психокоррекционные методы, которые различаются в зависимости от их принадлежности к определенному жанру искусства и специфики применяемых терапевтических подходов.

Цель и задачи консультации

Цель: Представить разнообразие форм арттерапии и обозначить пути их применения в домашней обстановке для укрепления семейных связей и уменьшения эмоционального стресса как у детей, так и у взрослых.

Задачи:

- Ознакомить родителей с различными видами арттерапии;
- Показать, как применять арттерапевтические техники дома для снятия стресса и сплочения семьи;
- Предложить родителям простые и доступные арттерапевтические упражнения.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

«В нашей семье есть двое детей: один – школьник, а второй - старший дошкольник. Оба, я и мой супруг, работаем с утра до вечера, что часто вызывает у нас усталость и раздражение. Дети часто вступают в споры и постоянно делят что-то между собой. Их конфликты и истерики еще более утомляют нас. Как нам поступить? Каким образом можно улучшить семейную обстановку?»

Ход консультации

Определение запроса:

Психолог предлагает использовать различные техники арттерапии, которые

способствуют снижению эмоционального напряжения, развитию творческого потенциала и сплочению семьи.

Мною были предложены маме следующие техники:

коллаж;
монотипия;
эбру;
квиллинг;
песочная терапия (с заменой песка на манную крупу).

Анализ ситуации педагогом-психологом

Из беседы с мамой стал ясен запрос на подбор оптимальных средств урегулирования внутрисемейных конфликтных ситуаций и снятия эмоционального напряжения между всеми членами семьи.

Стратегия последующей взаимодействия с родителями для решения выявленной проблемы

Поскольку арттерапия воздействует с использованием различных средств искусства, её классификация основывается в первую очередь на разнообразии видов искусства (например, музыка - музыкотерапия; изобразительное искусство - изотерапия; театр и образ - имаготерапия; литература и книга - библиотерапия; танец и движение - кинезитерапия). Каждый из видов арттерапии, в свою очередь, имеет свои подвиды.

Информация для родителей

Коллаж

Коллаж является творческим методом в искусстве, объединяющим различные элементы в единое целое. В контексте изобразительного искусства, коллаж создается путем приклеивания на основу (например, на лист бумаги) объектов и материалов, которые могут отличаться по цвету, текстуре и форме.

Я предлагаю выполнить коллаж из страниц старых журналов. Для этого необходимо вырезать изображения, которые вызывают интерес, и прикрепить их на подложку, такую как лист формата А3. При этом стоит заранее определить тематику проекта, например, «Цели на год» или «Мое идеальное лето». Такая деятельность может быть увлекательным и радостным процессом как для детей, так и для взрослых, поскольку она позволяет совместно планировать и мечтать.

Монотипия

Традиционные методы живописи могут быть сложными для

предшкольников, но монотипия становится отличным решением. Эта техника, чей перевод звучит как "единственный экземпляр", становится доступной даже для самых маленьких без предварительной подготовки. Этот подход не только совершенствует умение обращаться с красками, но и стимулирует развитие творческого воображения и фантазии.

Монотипия является уникальным направлением в мире искусства и отличается как формой самовыражения, так и средством развития индивидуальности у дошкольников. С помощью простых приемов можно создавать неповторимые изображения. Основная идея заключается в том, что первоначальный рисунок делается на гладкой основе, а затем трансформируется на бумагу с помощью пресса руками или роликом, создавая тем самым уникальный оттиск.

Эбру (техника рисования на воде)

Техника рисования на воде, или эбру, открывает еще одно удивительное направление для детского творчества. Особенностью является использование специально подготовленной жидкой среды, благодаря которой краски остаются на поверхности, позволяя создавать удивительные образы и рисунки.

Материалы, необходимые для занятий:

Вязкая среда: Создается путем загущения воды специальными веществами, доступными в арт-магазинах или изготавливаемыми в домашних условиях, например, из крахмала или специальных желирующих средств.

Пигменты: Можно использовать как специализированные краски для эбру, так и обычные акриловые или гуашь, разведенные до нужной консистенции.

Резервуар для рисования: Любая подходящая емкость, в которой можно создать водную поверхность.

Инструменты: Разнообразные предметы для создания узоров на воде – от кистей до зубочисток.

Основа для оттиска: Легкая бумага, которая легко впитывает краску и передает детали изображения.

Квиллинг

Квиллинг – это искусство создания изящных или трехмерных изделий из тонких, спирально свернутых полосок бумаги. Эти крошечные бумажные спирали могут быть трансформированы в разнообразные формы, становясь основой для изготовления картины, поздравительной открытки, альбома или

украшения. Путём модулирования этих элементов, известных как модули, можно воплощать различные творческие идеи. В виртуальном мире можно найти много обучающих видео и инструкций, которые шаг за шагом расскажут о процессе создания квиллинг-работ. Однако важно освоить основные техники создания элементов и после этого дать свободу личной фантазии.

Песочная терапия

Песочная терапия является одной из форм психотерапевтического воздействия, основанного на аналитической психологии, и предполагает терапевтическую работу с песком для выражения и разрешения внутренних конфликтов на бессознательном уровне. Этот метод не требует специальных навыков, что делает его доступным для каждого, особенно важно это для тех, кто привык судить себя строго. Песок является уникальным средством, поскольку мелкие частицы положительно воздействуют на кожные рецепторы. Дома, в качестве альтернативы, можно использовать манку, окрашенную в разные цвета, что добавит к терапии элементы цветолечения. Развитие чувственного восприятия цвета у ребенка начинается с самых ранних этапов жизни и может быть эффективно стимулировано с помощью организации окружающего пространства и определенных упражнений.

Время проведенной консультации: 45 минут.

Итоги консультации

Идентификация проблемы: Проблема была четко определена в ходе консультации.

Причины проблемы: Вместе с родителем были выявлены коренные причины возникновения проблемы.

Принятие проблемы родителем: Родитель показал понимание и готовность принять проблему для дальнейшей работы над ней.

Конкретные рекомендации: Были предоставлены специфические рекомендации и методы для решения идентифицированной проблемы.

План действий для родителя: Составлен подробный план действий для последующей работы родителя в домашних условиях для устранения или смягчения проблемы.

Полученный результат: Психолог в сотрудничестве с родителем успешно выявил корни проблемного поведения ребенка и предложил адекватные методы и стратегии для их устранения. Родитель проявил открытость и готовность к изменениям, приняв новые подходы к воспитанию и коррекции поведения ребенка.

Рекомендации родителям

В заключение консультации отметим, что существует множество доступных методов терапии, которые можно успешно применять в домашних условиях, даже без предварительной специализированной подготовки. Одним из таких методов является сказкотерапия: совместное чтение сказок значительно укрепляет эмоциональную связь между родителем, читающим вслух, и ребенком, внимательно слушающим. В нашем быстром мире мы зачастую забываем о простых, но важных вещах. Однако стоит помнить, что именно мы обладаем мощью восстанавливать, сохранять и укреплять благополучие нашей семьи.

Список литературы

1. Медведева, Е.А. (ред.) "Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании: учебник для вузов". 2-е изд., испр. и доп. Москва: Издательство Юрайт, без года издания указано.
2. Википедия.
3. Комарова, Т.С., Размыслова, А.В. "Цвет в детском изобразительном творчестве". Без места издания и года.
4. Сапожникова, О.Б., Гарнова, Е.В. "Песочная терапия в развитии дошкольников". Москва: ТЦ Сфера, 2018. – 64 с. (Библиотека логопеда).
5. "Монотипия: техника рисования". Доступно на: <https://razvivashka.online/tvorchestvo/monotipiya-tehnika-risovaniya>

Консультация для родителей малышей: "Противодействие манипуляциям: эффективные стратегии для родителей младенцев и малышей"

Актуальность: Манипуляция - это прием скрытого воздействия на психику другого человека с целью заставить его действовать вопреки собственным интересам. Дети часто прибегают к этой тактике осознанно или неосознанно, чтобы давить на взрослых и добиваться исполнения своих капризов. От детских манипуляций страдают и демократичные, и строгие родители. Дети учатся искусству психологического влияния практически с рождения, беря пример с собственных мам и пап. Даже если родители стараются не манипулировать детьми, например, не говорить: "Купить тебе шоколадку? Тогда убери игрушки!" или "Ты меня любишь? Тогда езжай с бабушкой на дачу!", нет гарантий, что дети не начнут сами "шантажировать" предков разными способами. Осваивая это искусство, они учатся быть более успешными. Важно вовремя распознать манипуляцию и принять меры, иначе не избежать негативных последствий.

Как научиться общаться с ребенком так, чтобы ему не приходилось прибегать к манипуляциям? И как искоренить манипуляцию, если она уже случилась, чтобы не превратить такое поведение в образ жизни?

Цель и задачи консультации

Цель: познакомить родителей с причинами детских манипуляций в раннем возрасте и способами их преодоления.

Задачи:

Изучить психолого-педагогическую литературу (по запросу родителя);
Определить виды проявления манипуляции у детей раннего возраста;
Проинформировать родителей о причинах манипуляций;
Ознакомить родителей со способами распознавания осознанной и неосознанной манипуляции у детей раннего возраста.

Консультацию проводил: педагог-психолог Держач Светлана Александровна;

Ожидаемый результат: положительное, оптимально удовлетворяющее, как психолога-консультанта, так и клиента(родителя) решение запроса, с которым клиент обратился.

Запрос мамы:

«Моему сыну 2 года 6 мес. Он постоянно мной манипулирует, причем только со мной, с остальными членами семьи ведет себя спокойно и понимающе, если ему в чем-то отказывают. Я устала от такого поведения – слез, выпрашивания, истерик. Бывает, сын даже проявляет агрессию - размахивает руками и ногами. Я в растерянности: наказывать бесполезно, мне его жалко, нервы не выдерживают. Недавно он закатил истерику в магазине, требуя шоколадку - упал на пол и кричал "Купи!" Мне стало очень стыдно перед окружающими, и я купила то, что он просил. Понимаю свою вину, я сама это допускаю, но как исправить ситуацию?»

Определение запроса:

Психолог: Давайте конкретизируем, какие ожидания у вас есть от нашей встречи. Я правильно понимаю, что основное ваше беспокойство связано с манипулирующим поведением вашего сына? Вы ищете способы, как эффективно взаимодействовать с ним, чтобы минимизировать манипулятивное поведение?

Мама: Да, именно так. Я чувствую, что потеряла контроль над ситуацией.

Психолог: Важно понимать, что быть родителем – это процесс учения. Наличие трудностей в отношениях с ребенком – это нормально и не является вашей личной неудачей. Давайте разберемся в причинах поведения вашего сына и найдем подходы к изменению этого поведения.

Мама: Согласна.

Психолог: Обращались ли вы ранее за помощью к другим специалистам по данному вопросу?

Мама: Да, мы были у невролога, который не нашел невротических нарушений и порекомендовал посетить психолога.

Психолог: Понял, спасибо за информацию. Теперь давайте подробнее обсудим детали вашей ситуации:

- Кто основной воспитатель ребенка?
- Как часто ваш ребенок пытается манипулировать вами?
- Как часто вы поддаетесь его манипуляциям?
- В каких ситуациях и местах обычно происходит манипулирование?
- Как вы и другие члены семьи реагируете на такое поведение?

Из беседы с мамой:

«Ребенком занимаюсь в основном я, папа много работает, но когда он дома, тоже участвует в воспитании. Наш мальчик чаще всего проявляет свое недовольство и капризы в публичных местах, а также пытается манипулировать мной дома. Я пыталась найти способы прекратить это поведение, однако часто не хватает мне терпения, и я поддаюсь. Хотите примеры? Недавно мы возвращались из садика, и он хотел, чтобы я понесла его на руках. Я пыталась сопротивляться и отвлечь его, но он начал истерику прямо на улице, заставляя меня поддаться под взглядами прохожих. Отец в таких ситуациях более строгий, и ребенок с ним так не поступает».

Анализ ситуации психологом

Необходима помощь маме в осознании моментов, когда ее сын пытается манипулировать ею, и в разработке эффективных методов прерывания этих манипуляций без ущерба для отношений. Важно находить баланс в реакциях на манипулирование, чтобы не переходить в крайности и не игнорировать ребенка. В данной ситуации, Матвей научился определять, каким образом он может управлять членами семьи, поняв, что мама менее последовательна и строга по сравнению с отцом, что ведет к ее чувству неуверенности и беспомощности в аспектах воспитания.

Стратегия дальнейшей работы с родителем по решению данной проблемы

- Выявить совместно с родителями возможные причины негативного поведения ребенка;
- Проинформировать о признаках детских манипуляций в раннем возрасте;
- Провести информированную работу над ошибками родителей в общении с ребенком-манипулятором;
- Удовлетворить у ребенка потребность в любви;
- Обратная связь (подчеркнуть позитивную мотивацию родителя – желание решить проблему, помочь себе и ребенку).

Выяснение причин проблемного поведения ребенка совместно с родителем

Психолог: Как вы думаете, что может быть причиной такого поведения?

Мама: Не знаю. Возможно, потому что я сама поддаюсь на все уловки сына. Раньше такое было редко, а сейчас участилось.

Психолог: А почему Матвей ведет себя по-другому с папой?

Мама: Не знаю. Он проводит с сыном не так много времени, как я.

Психолог: Как вы думаете, сколько вашего внимания нужно сыну?

Мама: Ну я все время с ним, скучаю, когда он в саду. Поэтому, если он не хочет идти, я оставляю его дома или забираю пораньше.

Психолог: Вы согласны с отношением отца к сыну?

Мама: Да. Мне нравится за ними наблюдать, когда они вместе. Удивляет, что сын слушается папу, а меня - нет.

Психолог: Это здорово! Значит, поведение вашего сына зависит от взрослого. Согласны?

Мама: Согласна. Надо, чтобы ребенок чувствовал себя более умелым, взрослым.

Психолог: Что чаще всего служит причиной манипуляции вашего сына по отношению к вам?

Мама: Когда он не хочет что-то делать сам или соглашаться со мной.

Психолог: Как вы можете помочь ему в таких ситуациях?

Мама: Наверное, я должна быть более терпимой к такому поведению, но терпения часто не хватает. И я не всегда понимаю, манипуляция это или просьба ребенка.

Психолог: Давайте я расскажу вам о признаках манипуляции у детей раннего возраста. Ребенок может часто практиковать такое поведение, если он чего-то хочет, у него плохое настроение или ему скучно, по следующим признакам:

1. **Гиперактивность** (не вызванная психологическими причинами)

Ваш ребенок ведет себя как миниатюрный шторм, бегает по дому, создает хаос, шумит и кричит. Любое ваше внимание, даже если это окрик, становится для него наградой. Это дает возможность выдвигать новые требования, поскольку он знает, что вы сделаете все возможное для восстановления мира.

2. **Нарочитая рассеянность и беспомощность**

Хотя ваш ребенок может самостоятельно совершать многие действия, как например, чистить зубы или убирать игрушки, он может притворяться, что не может этого делать в вашем присутствии, демонстрируя беспомощность, чтобы привлечь внимание.

3. **Симуляция болезни или травмы**

Когда ребенок имитирует болезнь или травму, это заставляет вас беспокоиться и ухаживать за ним особенно заботливо. Если ваш

ребенок почувствует вашу любовь и внимание без необходимости прибегать к притворству, ему не понадобится симулировать недуг. В случае жалоб на болезнь, лучше сразу обратиться к врачу.

4. Слезы и истерики

Это эффективный инструмент, особенно в местах с большим количеством людей. Ребенок учится, что истерика – это способ заставить вас поддаться его требованиям, особенно когда вы боитесь осуждения окружающих.

5. "Это не я виноват!"

Ребенок отрицает свою вину и перекладывает ее на других, стараясь избежать наказания. Важно обеспечить среду, в которой ребенок может безопасно признаваться в своих ошибках.

6. Агрессия и раздражительность

Эти эмоциональные вспышки часто используются для достижения желаемого, например, для получения новой игрушки. Ваша задача — оставаться спокойным и не поддаваться на провокации, показывая, что такое поведение неэффективно.

Ошибки, которые допускают родители в общении с детьми-манипуляторами. Чего нельзя делать и говорить?

Мама: Вы знаете, практически все симптомы у нас есть в той или иной степени. Но меня больше интересует именно поведение на публике. Становится очень стыдно и я не знаю, как это прекратить.

Психолог: Хорошо, значит проговорим, чего не нужно делать, чтобы избежать манипуляции.

Чего не следует делать?

1. Не оставляйте проблему без внимания. Воспитывайте в ребенке умение обсуждать и договариваться, а также искать общее решение. Это значит, нужно выяснить, что ребенок действительно хочет и зачем ему это нужно, используя открытый разговор.
2. Не использовать манипуляции с ребенком. Дети склонны имитировать поведение взрослых, и зачастую учатся манипулированию именно у них. Взрослые могут прибегать к этому, когда не видят альтернативных способов влияния на поведение ребенка, например, обещая сладости за уборку игрушек. Но следует помнить, что поддаваясь на такие требования ребенка, вы только усиливаете его стремление к манипулированию.
3. Не поддаваться на каждое требование ребенка. Взрослые часто идут на уступки, чтобы умиротворить ребенка, особенно когда это происходит на глазах у окружающих. Однако в таких ситуациях необходимо сохранять твердость и последовательность в своих решениях.

4. Не отвечать агрессией на манипуляции. У многих родителей на детские манипуляции возникает неподдельное раздражение и желание немедленно наказать ребенка. Хотя это естественная реакция, важно контролировать свои эмоции. Спокойное поведение, уравновешенность и четкие решения будут ключом к решению проблемы.
5. Не игнорировать ребенка после конфликта. Важно, чтобы после разрешения спорной ситуации вы показали ребенку, что любите его несмотря на все. Обязательно обнимите и поцелуйте его после разговора, подтвердив тем самым, что, несмотря на установленные вами правила, ваша любовь и забота остаются неизменными.

Мама: Часто трудно следовать рекомендациям в разгар истерики.

Психолог: Я вас понимаю. Подумайте также, достаточно ли времени и внимания вы уделяете развитию своего ребенка. Нередко истерики, капризы и другие уловки – это просто способ привлечь внимание родителей. Если истерика все же случилась, постарайтесь переключить ребенка (посмотри, какая красивая птичка летит; самолет в небе; можно умыться водой и полистать любимую книгу – это отвлечет малыша, снизит желание "впасть в истерику" повторно). В основном это происходит в людных местах. В подобной ситуации нужно проявлять терпение и непреклонность. Иначе ребенок почувствует слабинку и продолжит вас провоцировать.

Что делать в ситуации, когда ребенок уже манипулирует?

1. Спокойствие превыше всего. Дайте себе мгновение, чтобы успокоиться и собрать мысли.
2. Если возможно, уберите аудиторию: попросите присутствующих покинуть комнату, или, если это невозможно, переведите ребенка в тихое место, где вы сможете говорить без посторонних.
3. Определитесь, согласны ли вы выполнить запрос ребенка. Если это что-то, с чем вы не можете или не хотите согласиться, будьте тверды в своем решении.
4. Сообщите свое решение ребенку уверенно и спокойно. Ваш тон должен быть строгим, но не агрессивным.
5. Будьте готовы, что ребенок может продолжать плакать или капризничать. Оставайтесь непоколебимы в своем решении, даже если это требует времени.
6. Не поддавайтесь требованиям ребенка, даже если он продолжает настаивать. Если необходимо, повторите ваше решение.
7. После того как ребенок успокоится, обязательно обнять его и сказать, что вы его любите, демонстрируя, что ваша любовь не зависит от его поведения.

Рекомендации родителям

Памятка «Правила воспитания»

Оценивайте действия, а не личность: Говорите "Ты поступил нечестно", вместо "Ты — обманщик";

Избегайте физических наказаний: Они не приносят желаемого эффекта и только ухудшают отношения между вами и ребенком;

Поощряйте самостоятельность: Вместо того чтобы поддаваться на прикидывания ребенка беспомощным, поощряйте его усилия и достижения;

Обсуждайте понятия добра и зла: Помогайте ребенку различать правильные и неправильные поступки через открытый диалог;

Будьте последовательны: Устанавливайте четкие семейные правила и следуйте им без исключений, чтобы ребенок знал границы дозволенного;

Управляйте своим чувством вины: Помните, что искреннее время, проведенное с ребенком, ценнее любых подарков, данных взамен на чувство вины.

Простые игры для родителей с детьми от 2-х лет дома, положительно влияющие на взаимоотношения

"Сладкоежка". Все, кроме одного игрока, выходят из комнаты.

Оставшийся прячет несколько конфет, затем зовет остальных. Победит тот, кто найдет больше конфет.

"Выдумщики". Достаем старые альбомы. Придумываем и рассказываем истории к фотографиям.

"Разрушители башни". Строим башню из коробочек или кубиков. С некоторого расстояния пытаемся ее разрушить шариком от пинг-понга.

"Боулинг". Расставляем кубики или кегли на ковре, сбиваем их теннисным мячиком.

"Сортируем кубики". Сортируем все кубики по цвету и форме. Если нет кубиков, можно использовать крышки от бутылок или что-то другое.

"Как назовём?". Придумываем каждому пальчику какое-нибудь смешное имя. Сочиняем про них короткие истории.

Итоги консультации

Определение проблемы: Вместе с родителем была проанализирована проблема, заключающаяся в поведенческих трудностях ребенка.

Выявление причин проблемы: Психолог и родитель совместно выявили основные причины проблемного поведения ребенка, проведя детальный анализ ситуации.

Принятие проблемы родителем: Родитель с полной готовностью принял на себя осознание и понимание проблемы, что является

важным этапом для ее решения.

Конкретные рекомендации по решению проблемы: Психолог предоставил родителю конкретные рекомендации и стратегии, направленные на улучшение ситуации и коррекцию поведения ребенка.

Дальнейший план действий родителя в семье: Составлен план действий для родителя по реализации предложенных рекомендаций и поддержанию позитивных изменений в семейной обстановке.

Обсуждение итогов беседы, ответы на оставшиеся вопросы: В конце консультации были обсуждены итоги беседы, даны ответы на все вопросы родителя и уточнены детали плана действий.

Получение обратной связи: Родитель выразил удовлетворение результатами консультации и готовность к дальнейшему сотрудничеству с психологом для решения проблемы.

Полученный результат: Психолог вместе с родителем выявил причины проблемного поведения ребенка, дал соответствующие рекомендации. Родитель с готовностью воспринял новые идеи и ценностные ориентиры в вопросах дальнейшего воспитания ребенка.

Список литературы

1. Эльконин, Б.Д. "Детская психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования". Издательский центр "Академия", 2007.
2. Фабер, А., Мазлиш, Э. "Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили". Москва: Эксмо, 2014.
3. Шитова, Е.В. "Работа с родителями: практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2-7 лет". Волгоград, 2012.
4. "Растим детей". Доступно на: <https://растимдетей.рф/>
5. "Федеральный информационно-просветительский портал 'Растим детей' - навигатор для современных родителей".. Доступно на: <https://www.maam.ru/detskijasad/federalnyi-informaciono-prosvetitel-skii-portal-rastim-detei-navigator-dlja-sovremenyh-roditelei.html>
6. "Развивающие игры для детей 2 лет: совершенствуем мелкую моторику и не только. Часть 1". Доступно на: <https://jili-blog.ru/razvivayushhie-igry-dlya-detej-2-let-sovershenstvuem-melkuyu-motoriku-i-ne-tolko-chast-1.html>
7. Петрановская, Л.В. "Если с ребенком трудно". Библиотека Петрановской, 2016. – 142 с.

Консультация для родителей дошкольников: "Способы снижения раздражительности у малышей: практические рекомендации"

Актуальность: Сегодня в обществе распространена тенденция,

поддерживающая откровенное демонстрирование чувств гнева, агрессии и разочарования, ввиду верований, что подавление этих эмоций может привести к отрицательным последствиям для личности. Стало принято говорить окружающим «правду без украшений», игнорируя общепринятые нормы приличия. Приоритет отдается личным переживаниям над чувствами других.

Открытое проявление негативных эмоций обучает детей манипуляции социумом вместо налаживания взаимопонимания. Дети, склонные к частым эмоциональным вспышкам, зачастую обладают отличными актерскими способностями и могут быть исключительно изобретательными в методах, чтобы шантажировать родителей истериками ради достижения своих целей.

Такое выражение эмоций пугает родителей, и они, чувствуя отчаяние, часто уступают детским капризам. Одни родители стараются отвлечь внимание детей, в то время как другие прибегают к наказаниям.

Чрезмерная эмоциональная реактивность у детей может быть вызвана различными факторами, включая физиологические, связанные с незрелостью их нервной системы. Раздражительность детей часто является реакцией на окружающую среду или нереалистичные требования, не учитывающие их возраст и уникальные психологические характеристики. Пренебрегая основными причинами этих проблем, мы рискуем усугубить психологическое состояние детей, что со временем может стать более сложным для исправления.

Цель и задачи консультации

Цель: Выявление особенностей проявлений раздражительности, а также конкретных механизмов ее возникновения.

Задачи:

Ознакомление с психолого-педагогической литературой по запросу родителей.

Выявление причин раздражительности у ребенка.

Представление родителям наиболее эффективных способов реагирования на вспышки раздражения у ребенка.

Разработка конкретных рекомендаций.

Формирование адекватных ожиданий в отношении консультирования.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

«Моему сыну 6 лет. В течение дня у С. Бывают частые вспышки гнева, раздражения. Например, не может застегнуть молнию, не купила ему игрушку, не может выучить стихотворение. В последний раз, когда С. попросил мой смартфон для игр, мы заранее договорились о времени для этого. Но когда подошло время возвращать телефон, он сначала начал жаловаться, а потом разрыдался. Это вызвало у меня раздражение, и я подняла на него голос. Как мне поступить в такой ситуации?»

Ход консультации

Определение запроса:

Психолог: Я понимаю, что у С. наблюдаются частые проявления гнева и раздражительности, и вам сложно с этим справиться, верно?

Мама: Да

Психолог: Давайте уточним, какой результат вы хотите получить от консультации?

Мама: Я хочу понять, почему он так ведет себя? И что мне делать, когда у него начинаются эти вспышки?

Психолог. Вы обращались с этой проблемой к другим специалистам?

Мама. Да, мы были у невролога, который назначил курс лечения. После лечения С. стал чуть спокойнее, но проблемы остались, поэтому врач рекомендовал обратиться к психологу.

Психолог. Хорошо. Давайте разберемся в причинах поведения вашего ребенка.

С какой частотой происходят эпизоды раздражения?

В каких конкретно обстоятельствах возникает раздражение?

Как вы обычно реагируете на эти эпизоды?

Кто основной воспитатель ребенка?

Чем занимается С. в свободное время?

Согласованы ли ваши и мужа подходы в воспитании?

Как в семье разрешаются конфликтные ситуации?

Из беседы с мамой:

Выяснили, что мальчик растет в полноценной семье, где за его воспитание отвечают оба родителя. Проявления раздражения у малыша случаются два-три раза в день, что в свою очередь вызывает у матери стресс и побуждает ее повышать голос на ребенка. Мальчик с энтузиазмом ходит на занятия по английскому языку, занимается оздоровительной гимнастикой в детском саду и посещает занятия плаванием в бассейне. Из-за желания матери ограничить время, проведенное сон перед экранами, у мальчика немного свободного времени. В доме часто случаются конфликты, спровоцированные

различиями в подходах к воспитанию между членами семьи.

Анализ ситуации психологом

Вспышки гнева и раздражения у ребенка могут быть результатом отсутствия согласованных действий между родителями по вопросам воспитания, что, возможно, вызывает у малыша чувство неопределенности и напряжения. Также, ребенок может испытывать эмоциональную усталость в результате интенсивного расписания дополнительных занятий. К тому же, ограниченное время, проведенное в совместных активностях с родителями, может способствовать недостатку эмоциональной связи и понимания в семье.

Стратегия дальнейшей работы с родителем по решению данной проблемы

1. **Снижение нагрузки на ребенка:** Направить маму к осознанию важности уменьшения количества деятельностей для ребенка, чтобы обеспечить ему достаточно времени для отдыха и свободной игры.
2. **Унификация подходов в воспитании:** Помочь маме и папе прийти к согласию по основным принципам воспитания и установить общие правила для ребенка, чтобы избежать путаницы и неоднозначности в его глазах.
3. **Техники реагирования на эмоциональные вспышки:** Подобрать и предложить маме эффективные методы и стратегии реагирования на проявления раздражительности и гнева у ребенка, чтобы уменьшить их частоту и интенсивность.
4. **Обучение техникам саморегуляции:** Ознакомить маму с техниками и методами, которые помогут ей контролировать собственное раздражение и сохранять спокойствие в сложных ситуациях.
5. **Разработка плана семейных активностей:** Составить вместе с мамой перечень совместных мероприятий и игр, которые будут способствовать укреплению позитивного взаимодействия в семье и дадут ребенку возможность чувствовать себя любимым и важным членом семьи.

Информация для родителей

Учимся общаться с ребенком

Мимика: Удерживайте на лице доброжелательное, теплое и приветливое выражение. Избегайте показывать раздражение или гнев.

Интонация: Говорите с ребенком всегда дружелюбно и мягко. Даже в моменты несогласия или разочарования старайтесь сохранять спокойствие и теплоту в голосе.

Выбор слов:

Избегайте отрицательных частиц типа "не", старайтесь формулировать свои предложения позитивно;
Исключите из обихода приказы и категоричные высказывания;
Постарайтесь не использовать слова, формирующие чувство долга или обязанности (например, "должен", "обязан");
Сократите использование местоимений "я" и "ты" в конфликтных или негативных контекстах.

Предпочтительные формы общения:

Применяйте сослагательное наклонение для более мягкого предложения (например, "Было бы здорово, если бы ты помог мне...");
Используйте местоимение "мы" для создания атмосферы единства и сотрудничества.

Общие рекомендации:

Избегайте иронии и сарказма в общении с ребенком;
Старайтесь не делать постоянные замечания по мелочам;
Избегайте криков и грубости;
Всегда относитесь к ребенку с уважением и пониманием;
Не торопите и не подгоняйте ребенка без крайней необходимости;
Чаще выражайте одобрение, поддержку и похвалу.

Эмоциональное принятие:

Принимайте ребенка таким, какой он есть, и чаще декларируйте свою любовь к нему;
Избегайте ставить ребенка в позицию "плохого" перед другими.

Взаимопонимание и поддержка:

Телевизор или компьютер не должны заменять вам общение с ребенком;
Если вы расстроены, поясните ребенку, что это не его вина;
Физический контакт важен: обнимайте, ласкайте ребенка как можно чаще.

Помните, ваше терпение, понимание и любовь – лучшие помощники в воспитании детей и сохранении гармонии в семье.

Рекомендации родителям

Как реагировать на вспышки гнева у детей?

Сдерживайте свое раздражение: Никогда не реагируйте на гнев ребенка собственным гневом. Сохраняйте спокойствие и реагируйте позитивно;

Не наказывайте за гнев: Возможно, ребенку особенно нужно ваше понимание и поддержка. Спросите его, нужна ли ему обнимашка, или предложите побыть в одиночестве, если ему это нужно;

Постарайтесь понять причины: Поговорите с ребенком, когда эмоции спадают, чтобы выяснить, что вызвало его поведение;

Сохраняйте твердость, но будьте справедливы: Если ребенок пытается манипулировать вами, оставайтесь твердыми и последовательными в своих решениях.

Превентивные меры и стратегии

Режим дня: Установите четкий дневной распорядок вместе с ребенком, включая время на гаджеты, сон и активности;

Сон: Убедитесь, что ребенок ложится и встает в одно и то же время. Создайте спокойную атмосферу перед сном;

Поощрение: Поддерживайте положительное поведение ребенка, подчеркивая его успехи и достижения;

Ясные правила: Определите четкие правила и последовательно придерживайтесь их;

Избегайте пустых угроз: Следите за тем, чтобы ваши слова и действия были согласованными;

Объясните причины запретов: Ребенок должен понимать, почему ему что-то запрещено;

Дайте пространство для самостоятельности: Позвольте ребенку делать вещи самостоятельно, даже если результат отличается от ожидаемого;

Уменьшите спешку: Подумайте о том, чтобы ребенок имел больше времени на подготовку утром;

Реалистичное восприятие ребенка: Принимайте ребенка таким, какой он есть, без нереалистичных ожиданий;

Анализируйте семейные отношения: Улучшение коммуникации между родителями положительно скажется на поведении ребенка;

Терпение и понимание: Любовь, забота и внимание – лучшее лекарство от раздражительности ребенка.

Эти подходы помогут создать гармоничную и поддерживающую атмосферу в семье, способствуя лучшему пониманию и уменьшению конфликтов.

Время проведенной консультации: 1 час.

Итоги консультации

Определены проблемы: В ходе консультации были четко определены проблемы, с которыми сталкивается ребенок и его семья.

Выявлены причины проблемы совместно с родителем: Психолог вместе с родителем проанализировал и выявил основные причины возникновения проблемного поведения ребенка.

Принятие проблемы родителем: Родитель полностью осознал и принял на себя ответственность за существующие проблемы, что является важным шагом к их решению.

Разработаны конкретные рекомендации по решению проблемы: На основе выявленных причин проблемы были разработаны конкретные и адаптированные под семейные условия рекомендации по ее решению. Разработан дальнейший план работы родителя в условиях семьи по решению проблемы: Составлен план действий для родителя, который позволит ему последовательно реализовывать предложенные рекомендации и достигать поставленных целей.

Список литературы

1. Бурмистрова, Е.К. "Раздражительность и методика преодоления". Москва, 2014.
2. Бурмистрова, Е.К. "Приручить дракона. Гнев в семье". Москва, 2019.
3. Кэмпбелл, Росс. "Как справиться с гневом ребенка". Санкт-Петербург, 1997.
4. Кэмпбелл, Росс. "Как понять своего ребенка". Москва, 2020.
5. Петровский, В.А. "Учимся общаться с ребенком". Москва, 1993.

Консультация для родителей старших дошкольников: "Понимание и преодоление детских страхов: стратегии для родителей"

Актуальность: Страхи детей и их коррекция – актуальная проблема, с которой сталкиваются родители и педагоги. Психологи насчитывают около 30 разновидностей детских страхов - от безобидных до серьезных. Страх - естественная реакция на реальную или мнимую угрозу. Ребенок живет в своем мире, где сказочные персонажи обретают плоть, а предметы оживают. Поэтому малыш порой видит опасность там, где ее нет. Современная психология располагает большим арсеналом техник для преодоления страхов и тревожности у детей и подростков. Они помогают гармонично развивать эмоциональную сферу.

Цель и задачи консультации

Цель: Создать условия для преодоления детских страхов совместно с родителями и педагогами.

Задачи:

- Выяснить причины возникновения страхов;
- Просветить родителей и воспитателей;

Провести профилактику и коррекцию психологического здоровья дошкольников;
Познакомить с эффективными методами совместного преодоления страхов;
Развить у родителей навыки общения с ребенком для решения проблемы.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна;

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

"Моему сыну Артему 6 лет. У нас появилась настораживающая проблема в его поведении. Раньше поход в сад не вызывал тревог, ребенок адаптирован, любит воспитателей. Сейчас Артем со слезами собирается в группу, тяжело расстается с нами. Появился страх спать одному, просит побыть с ним. Задает нетипичные вопросы о смерти, просит подтвердить, что с нами ничего не случится.

Мы с пониманием относимся к сыну, объясняем спокойно. Но терпения уже не хватает, не знаем как правильно реагировать".

Ход консультации

Уточнение запроса:

Психолог: Добрый день! Давайте сформулируем, что вы ждете от консультации. Если я верно понял, вас тревожат изменения в поведении сына, его страх потери близких. Вы не знаете, как правильно отвечать на такие вопросы. Верно?

Мама: Да, все так. Может быть мы в чем-то виноваты.

Психолог: Давайте разберемся в причинах такого поведения и поищем пути решения.

Из беседы выяснилось:

Воспитанием занимается в основном мама, отец тоже участвует;
Тревожное поведение длится 2 недели, походы в сад стали мучением;
Артем боится спать один, хотя раньше спокойно делил комнату с сестрой;
Постоянно спрашивает о смерти родителей;
Незадолго до этого серьезно заболела бабушка, живущая с ними;

Ребенок видел переживания взрослых, как увозила скорая. К счастью, все обошлось;
Мама отвечает как умеет, выполняет просьбы сына, ей его жаль;
С папой начинаются разногласия в вопросах воспитания.

Анализ ситуации психологом

Необходимо помочь родителям выстроить единую линию поведения в ответ на просьбы и вопросы ребенка. Мальчик переживает естественный для его возраста процесс осознания конечности бытия. В старшем дошкольном периоде ведущим становится страх смерти. Это значит, что ребенок понял необратимость возрастных изменений. Он осознает, что взросление неизбежно ведет к смерти, и это его тревожит. Так или иначе, малыш впервые ощущает, что уход из жизни - факт его биографии и судьбы близких. Артем - ранимый, спокойный мальчик. Он четко уловил неизбежность смерти и очень испугался. Принять это ему трудно. Мама разделяет тревогу сына, поэтому не может его успокоить. Ребенок сильно к ней привязан. При этом мать чувствует вину и беспомощность в решении проблемы.

Стратегия последующей взаимодействия с родителями для решения выявленной проблемы

Рассказать о типичных страхах старших дошкольников;
Дать рекомендации по последовательному поведению родителей;
Обеспечить ребенку ощущение любви и принятия;
Отметить позитивный настрой мамы на решение проблемы.

Выявление причин тревожности

Психолог: Как вы думаете, что вызвало такую реакцию?

Мама: Я предполагаю, это связано с болезнью бабушки. Но разве это может перерасти в такую проблему? Раньше сын спокойно воспринимал болезни, смерть животных. Это вызывало лишь ситуативные эмоции. Психолог: До этого какое состояние обычно было у Артема?

Мама: Он восприимчивый, но уравновешенный мальчик. Эмоционально реагирует на события, но адекватно.

Психолог: Ваше предположение о болезни бабушки верно. Артем видел ваши переживания, ощущал наследственную связь матери и ребенка. Немалую роль играет возраст – около 6 лет происходит скачок в развитии абстрактного мышления, способности обобщать, осознавать категории времени и бренности всего живого. Как вы реагируете на слезы и просьбы сына?

Мама: Сначала я спокойно отвечала, подолгу успокаивала, даже оставляла дома. Но увидев, что становится хуже, сама плакала вместе с ним.

Психолог: А папа как ведет себя?

Мама: Он спокойнее, без ругани объясняет. Говорит, что я сюсюкаюсь, поэтому сын так наседает на меня.

Психолог: Хорошо, что вы оба терпеливы. Но вам нужно прийти к единому подходу.

Мама: Поняла. Надо, чтобы ребенок чувствовал нашу поддержку, а страху не стоит так потакать. Сначала успокоиться самой, а затем помочь сыну справиться со страхом. За этим я к вам и пришла.

Психолог: Чаще всего что служит началом истерики?

Мама: Когда я не разрешаю что-то сделать самому или у него не получается.

Информация для родителя

Психолог: Вы знакомы с типичными страхами, которые испытывают дети дошкольного возраста?

Мама: Я слышала, что дети часто боятся темноты и воображаемых существ. Не думала, что проблема настолько серьезна. Считала, что это пройдет само собой.

Психолог: Давайте поговорим подробнее о детских страхах. Обратите внимание на то, что вы могли заметить у вашего сына. Страх — естественная реакция для каждого человека, особенно для ребенка, который ежедневно сталкивается с чем-то новым и неизведанным. То, что кажется взрослому безопасным, может пугать ребенка. Примерно у 40% детей страхи могут оставить след и во взрослой жизни, поэтому важно своевременно помочь им справиться с этими переживаниями. Как правило, более всего к страхам склонны дети, которые от природы впечатлительны, скромные, стеснительные, очень эмоциональные или особенно чувствительные.

Возрастные особенности страхов

- 0-6 мес.: громких звуков, резких движений;
- 6-12 мес.: чужих людей, высоты, новой обстановки;
- 1-2 года: разлуки с родителями, врачей;
- 3-4 года: сказочных злодеев, темноты, кошмаров;
- 5-7 лет: смерти родных и своей, замкнутого пространства, огня, пожара, войны, уколов, болезней (девочки), стихий (мальчики), Змея Горыныча, животных, змей, опозданий.

Мама: Да, многое совпадает с поведением нашего сына. Как нам вести себя, что можно, а что нельзя?

Рекомендации родителям

Если страх смерти уже есть:

1. Оградите ребенка от стрессов, уделяйте больше внимания. Не тревожьтесь сами, будьте ему надежной опорой;
2. Не запрещайте говорить о страхе, не отмахивайтесь. Проговаривая и проигрывая страх, ребенок от него избавляется;
3. Не обсуждайте при ребенке переживания о смерти. Он улавливает эмоции даже краем уха. Если трагедия случилась, попросите близких отвечать на вопросы малыша без лишних деталей;
4. Дайте новые впечатления - книгу, игру, прогулку. Но не перевозбуждайте, много хорошего тоже вредно;
5. Главное – объясняйте, что люди умирают в глубокой старости или от неизлечимой болезни;
6. Не оставляйте наедине со страхом. Не отсылайте к бабушкам, не меняйте обстановку;
7. Будьте готовы бороться с сопутствующими фобиями - темноты, замкнутости, одиночества. Займитесь и ими.

Чего нельзя делать?

1. Смеяться над страхом. Даже если представления ребенка о смерти комичны, не показывайте виду. Иначе он усомнится, что вы относитесь серьезно;
2. Стыдить, наказывать за проявления страха. Визуализировать проблему в рисунках для детей нормально;
3. Постоянно обсуждать болезни, смерть, диагнозы;
4. Смотреть при ребенке фильмы с кровавыми сценами. Даже во сне он впитывает этот негатив.

Практические приемы

1. **“Рисунки”**: Пусть ребенок изобразит свой страх. Затем вместе порвите картинку, сожгите или начните дорисовывать яркие краски, добрых персонажей. Повторяйте упражнение раз в 1-2 недели. Следите как меняется рисунок (цвет, сюжет, композиция). Делайте это, пока ребенок не начнет недоумевать: "Какой еще страх нарисовать?";
2. **“Расскажи страх”**: Чем больше участников, тем эффективнее, но минимум двое. Взрослый рассказывает о своих детских страхах: "Когда я был таким как ты..." Затем просит: "А у вас такое было? Кто чего боится?" Дети по желанию делятся историями. Ведущий просит поднять руку тех, с кем случалось похожее. Следите, чтобы сюжеты не повторялись. Обсудите разные страхи - темноты, одиночества, смерти, чужих, животных, сказочных злодеев;

3. **“Сказкотерапия”:** Начните с произведений Андерсена о смерти: "Русалочка", "Ангел", "Красные башмачки", "Кое-что". Затем перейдите к сказкам, специально сочиненным для избавления от страха потерь.

Итоги консультации

Обозначена проблема;
Выявлены причины совместно с мамой;
Она признала наличие трудностей;
Даны конкретные советы;
Намечен план дальнейших действий;
Подведены итоги, получена обратная связь.

Результат: психолог и родитель определили корни проблемного поведения ребенка, обсудили пути решения. Мама позитивно восприняла идеи и ориентиры для дальнейшего воспитания сына.

Список литературы

1. Кряжева, Л.Н. "Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет". Ярославль: Академия развития, 2000. – 207 с.
2. Захарова, А.И. "Дневные и ночные страхи у детей". Санкт-Петербург: Издательство «Союз», 2004. – 440 с.
3. Котова, Е.В. "В мире друзей: Программа эмоционально-личностного развития детей". Москва: ТЦ «Сфера», 2007. – 77 с.
4. Долгова, В.И., Рокицкая, Ю.А., Меркулова, Н.А. "Готовность родителей к воспитанию детей в замещающей семье". Москва: Издательство Перо, 2015. – 180 с.
5. Чистякова, М.И. "Психогимнастика". Москва: Просвещение, Владос, 1999.

Консультация для родителей детей дошкольного возраста «Ревность между детьми в семье: проблемы и стратегии справедливого обращения»

Актуальность: Не редкость встретить взрослых, которые не поддерживают теплые отношения со своими братьями или сёстрами (далее – “сиблинги”) из-за давних обид, вспоминая моменты, когда "мама отдавала предпочтение тебе, а не мне". Часто родительские надежды на то, что их семья станет образцом гармонии и взаимопонимания, не находят отражения в жизни. Взаимоотношения между детьми в семье представляют собой комплекс эмоций, где переплетаются любовь, соперничество, стремление к независимости, зависть и ревность. Однако именно через эти

взаимодействия дети учатся разрешать конфликты, находить компромиссы, признавать свою уникальность и видеть общее с другими. Они учатся быть индивидуальностями, но в то же время действовать как единая команда, защищая друг друга и занимая свое место в семейной системе. Целью родителей должно стать поддержание теплых и доверительных отношений с каждым ребенком, что поможет предотвратить развитие ревности среди сиблингов и сохранить гармонию в семье на многие годы.

Цели и задачи консультации

Цели:

Помочь родителям понять многогранность детских чувств, естественность детской ревности, возможность преодоления проявлений ревности;

Растить по-настоящему дружных родных людей.

Задачи:

Изучить педагогическую литературу по теме родительского запроса;

Информировать родителей о понятии «детская ревность», о том как проявляется детская ревность;

Познакомить родителей со способами преодоления детской ревности в семье;

Предложить литературу по теме.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

«В нашей семье две дочки: старшей 8, младшей 6 лет. Скоро у нас появится еще один ребенок. Между девочками часто возникают споры, обычно из-за игрушек. Иногда я замечаю, что они борются за мое внимание. Появление нового члена семьи, братца, безусловно, потребует от меня больше времени и усилий. Я переживаю, что это усилит ревность между сестрами. Как мне помочь себе и моим детям преодолеть эту ситуацию?»

Ход консультации

Определение запроса:

Психолог: Давайте обсудим, что вы хотите получить от нашей встречи. Я предполагаю, что вас беспокоит ревность между вашими дочерьми и возможные изменения в их отношениях из-за прихода нового члена семьи, верно?

Мама: Да, меня тревожит, как они ревнуют друг друга к нам с мужем и

постоянно конфликтуют.

Психолог: Мы с вами рассмотрим причины ревности между вашими дочерьми и найдем способы, как вы можете помочь им установить дружелюбные отношения.

В каждой семье, где растет больше одного ребенка, рано или поздно возникают ситуации ревности и соперничества, особенно по отношению к более младшим членам семьи. Ревность могла начаться еще когда они были маленькими, но тогда они не могли выразить свои чувства словами.

Мама: Что мне делать? Они продолжают постоянно жаловаться друг на друга.

Психолог: Как старший ребенок становится более самостоятельным, он может испытывать внутренний конфликт. Ему нравится чувствовать себя взрослым, но он также тоскует по близости, которую испытывал с родителями в младенчестве. Они могут бояться, что вы любите младшего больше.

Мама: Сколько времени это может продолжаться?

Психолог: Эта фаза может длиться несколько лет и достигать пика в подростковом возрасте. Но если вы поможете девочкам преодолеть эти конфликты сейчас, в будущем они смогут справляться с подобными ситуациями более спокойно и конструктивно. Немаловажно, что Ваши дочери видят в родной семье. Есть ли у Вас и у отца девочек братья-сестры?

Мама: Да, у меня есть старший брат, а у моего мужа - две младшие сестры.

Психолог: Расскажите, как сейчас устроены ваши отношения с ними? Как обстояли дела в детстве?

Мама: Между мной и моим братом большая разница в возрасте, он всегда был для меня как второй отец. У моего мужа до сих пор есть недовольство по отношению к родителям за то, что его заставляли присматривать за младшими сестрами, лишая его детства.

Из беседы с мамой:

В воспитании дочерей основную роль играет мать. Отец часто отсутствует дома из-за работы по вахтовому методу, и его визиты домой становятся долгожданнами событиями для девочек. При этом, когда он возвращается, наблюдается усиление ревности между сестрами, так как каждая стремится привлечь больше внимания отца, а также ревнуют друг к другу и даже к матери. Несмотря на попытки родителей организовывать семейный досуг, включая посещения детских активностей, прогулки на природе и визиты к друзьям, сестры продолжают конфликтовать по малейшему поводу. Они спорят даже при выборе одинаковых или разных вещей, а также при выборе книг для общего чтения.

Анализ ситуации педагогом-психологом

Требуется поддержка родителей в налаживании и поддержании теплых и доверительных связей между дочерьми как в домашней обстановке, так и в

социальной среде.

Стратегия последующей взаимодействия с родителями для решения выявленной проблемы

Помочь родителю признать чувства каждой из дочерей;
Информировать родителя о способах преодоления нездоровой ревности и соперничества;
Рассказать родителю о пользе семейных воспоминаний: это расширит пассивный опыт общения детей, поможет понять, что любой детский конфликт можно преодолеть;
Предложить создать дома уголок «счастья и понимания».

Рекомендовать:

Различные игры для девочек, и с девочками;
Литературу по теме.

Информация для родителя

Психолог: Как избежать ревности между детьми и помочь им сохранить теплые доверительные отношения сестер на долгие годы? Несмотря на всю многогранность и сложность этой задачи есть пять конкретных рекомендаций. Рассмотрим их по порядку.

1. **Выделите время для индивидуального общения с каждым из детей.** Чтобы дети росли дружелюбными, им не обязательно всегда быть вместе. Важно иногда находить моменты для тет-а-тет бесед с каждым ребенком, позволяя им чувствовать себя уникальными, ценными индивидуальностями.
2. **Выбирайте индивидуальные занятия для каждого ребенка.** Если вы увлекаетесь кулинарией, занимайтесь выпечкой воскресного пирога с одним ребенком, в то время как другой может гулять с отцом. Регулярное чередование общения родителей с разными детьми положительно влияет на взаимопонимание как между детьми, так и между родителем и ребенком.
3. **Избегайте принуждения детей к постоянному обмену и дележке.** Скажем, требуя отдать половинку сладости сестре или брату, вы усиливаете только чувство обиды и жадности. Важно уважать личное пространство и право владения вещами ребенка. Поощряйте естественное желание ребенка делиться, отмечая каждый акт щедрости словами одобрения.
4. **Гарантируйте каждому ребенку собственное пространство, куда у других нет доступа без разрешения.** Это может быть что-то вроде маленького ящика или полки, но важно соблюдать границы этого

- пространства. Это снизит напряженность в отношениях между детьми.
5. **Поощряйте и поддерживайте дружелюбное поведение между детьми, используя позитивное подкрепление, такое как похвала или небольшие награды за совместные игры, помощь друг другу или совместную деятельность.** Применяйте комплименты и объятия, чтобы показать вашу радость от их товарищества. Следуйте принципу 'в одной лодке'. Дети могут часто конфликтовать, но ваша задача как родителя – обучить их конструктивному диалогу и поиску компромиссов, а не разбирать, кто виноват.

Рассказывайте позитивные истории о действиях ваших детей, подчеркивая моменты дружбы и взаимопомощи, чтобы они видели и понимали примеры хорошего поведения.

Устраивайте совместные посещения событий, чтобы дети делили общие воспоминания и интересы, что укрепит их связь.

Повышайте свою осведомленность, изучая материалы о детской психологии и отношениях между детьми, чтобы создать в доме атмосферу понимания и тепла.

Организируйте в доме 'уголок счастья', где каждый ребенок может отдохнуть и заняться своими интересами, способствуя личному пространству и самостоятельности.

Итоги консультации

Определены стратегии преодоления ревности между сестрами, включая установление четких правил поведения и внимания для каждого ребенка;

Предоставлены советы по развитию теплых и открытых взаимоотношений между родителями и детьми, а также методы для эффективного управления детскими эмоциями;

Обсуждена важность совместных семейных активностей для повышения взаимопонимания и снижения конкуренции за внимание родителей;

Родителям предложены методы обучения детей выражению своих чувств и эмпатии к друг другу;

Подчеркнута необходимость в дальнейшем наблюдении и поддержке педагога-психолога для адаптации семьи к изменениям и улучшению общего психологического климата.

Рекомендации родителям

Игры для снятия нервного напряжения, способствующие развитию коммуникативных навыков, преодолению агрессии и ревности у детей 6-7 лет.

Клочки по закоулочкам

Когда ребенок ощущает напряжение или демонстрирует необоснованную агрессию, простой лист бумаги может стать отличным средством для снижения стресса. Попросите вашего малыша порвать лист из альбома на мелкие фрагменты, а после предложите ему сделать то же самое с другим листом. Затем, дайте ребенку картонный лист. Вероятно, выполнив эти действия, он сможет успокоиться без своего ведома. Следующий этап – игра в 'уборочный комбайн', когда предстоит собрать все разорванные кусочки в мешок или корзинку. Можно устроить мини-соревнование, разделив зону уборки на сектора, и объявить победителем того, кто справится с заданием аккуратнее и быстрее.

Морской бой

Необходимые материалы: водный контейнер (можно использовать миску или таз), бумажные кораблики или любые другие плавающие объекты для их имитации, а также бумажные шары для использования в качестве "снарядов". Запустите кораблики на водную поверхность и предложите ребенку попытаться попасть по ним, бросая бумажные шары. Каждый "корабль", пораженный "снарядом", убирается из игровой зоны. После уничтожения всех "вражеских" кораблей игра начинается заново. Именуйте корабли и весело комментируйте процесс: "О, промах мимо 'Черного корсара'! Попробуй еще раз! Отличный выстрел!" По окончании игры, пусть ребенок поможет вам убрать "поле битвы".

Эта водная игра не только развлекает, но и способствует успокоению, а также помогает ребенку выразить и контролировать свои эмоции. В качестве альтернативы "оружию", возьмите пустую пластиковую бутылку с несколькими отверстиями в крышке и используйте ее для сбивания плавающих игрушек водяными струями. Такая игра помогает снять напряжение и агрессию, развивает самостоятельность ребенка.

Попробуйте также игру с дуновениями: поместите в воду легкие предметы типа бумажных корабликов или пинг-понговых шаров и покажите, как можно управлять ими, дуя через соломинку. Попросите ребенка следовать вашим командам по силе и направлению ветра. Это положительно влияет на развитие речевых навыков и моторики.

Брейк!

Ваш малыш переживает непростой день? Давайте превратим его на время в боксера. Однако вместо реального противника используем подушку. В этой игре есть особые правила: начать бой разрешается только после вашего сигнала «Бой!», а на команду «Стоп!» малыш должен немедленно остановиться.

Это занятие позволит ребенку выплеснуть скопившиеся негативные чувства и научиться контролировать свои действия.

Необузданное творчество

Когда ваш малыш находится в состоянии стресса, грусти или просто утомления, предложите ему необычный способ рисования. Вместо традиционного альбома используйте стену: закрепите на ней большой лист бумаги, подготовьте краски разнообразных оттенков и кисти различных размеров. Дайте малышу полную свободу действий – пусть он мазает, заполняет пространство цветом, создает узоры по своему усмотрению. Ваши наблюдения за его деятельностью могут помочь понять его внутренние переживания. Если ребенок захочет поделиться своими мыслями о создаваемом изображении, внимательно его выслушайте. Если же он предпочитает молчание, дайте ему возможность выразить свои чувства через рисунок, не давите на него.

Мое настроение

Заметив, что ваш ребенок что-то волнует или огорчает, предложите ему уникальный способ самовыражения через игру "Чувства". Попросите его внимательно прислушаться к своим ощущениям и вообразить, каким бы могло быть его настроение: может ли оно быть похоже на персонажа, зверя, растение или что-то еще? Дайте малышу чистый лист и предложите изобразить свое "чувство", выбрав наиболее подходящий цвет. Затем, на отдельном листе, пусть он нарисует настроение, которое было у него вчера или после визита в какое-то веселое место, например, в цирк или зоопарк. Нарисуйте несколько силуэтов людей и разъясните: "Этот человек излучает радость, а вот этот погружен в грусть (и так далее — сердитый, милый, напуганный, обиженный и т.д.)". Позвольте ребенку выбрать подходящий цвет для каждой эмоции и раскрасить фигурки.

Список литературы

1. Аромштам, М. "Как решать проблемы воспитания, не теряя самообладания: Книга для родителей дошкольников". Санкт-Петербург: Вектор, 2017. – 192 с.

2. Бакюс, Анн. "Искусство воспитания послушного ребенка". Пер. с фр. Ивана Чорного. Москва: Эксмо, 2013. – 336 с.
3. Гусева, Ю. "Нежные мальчики, сильные девочки...". Санкт-Петербург: Вектор, 2018. – 192 с.
4. Кулакова, Н.И. "Детская ревность: Для тех, кто ждет еще одного ребенка: Практический курс для родителей". Санкт-Петербург: КАРО, 2019. – 192 с.: ил.
5. Сурженкой, Л. "Как вырастить Личность. Воспитание без крика и истерик". Санкт-Петербург: Питер, 2020. – 224 с.: ил.

Консультация для родителей детей дошкольного возраста: «Как интересно и полезно провести выходные с вашим ребенком»

Актуальность: Выходные дни – это время, когда родители и дети могут проводить время вместе, отдыхая и развиваясь. Но для многих родителей выходные превращаются в период утомительных хлопот. Важно найти баланс между отдыхом и активными занятиями с ребенком.

Цели и задачи консультации

Цели:

Помочь родителям планировать выходные так, чтобы они были интересны и развивающи для ребенка;
Развить у родителей навыки эффективного общения и совместной деятельности с детьми.

Задачи:

Предоставление информации о важности совместного времяпровождения;
Обучение родителей методам организации досуга с ребенком;
Разработка индивидуального плана выходного дня, учитывающего интересы и потребности ребенка и родителей.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

Мама жалуется на то, что выходные дни наполнены домашними делами, и не остается времени на отдых и занятия с ребенком, который требует внимания и быстро устает от однообразия.

Ход консультации

Определение запроса:

Психолог: Добрый день. Давайте уточним, что вы хотите получить от нашей консультации. Правильно ли я понимаю, что в выходные дни вы не успеваете сделать домашние дела, отдохнуть, потому что ребенок требует к себе много внимания и вы не знаете, как правильно вести себя в такие моменты?

Мама: Да, все правильно. Нам кажется, что в выходные дни наш сын становится неуправляем и мы совсем не знаем, что и как нам сделать, может быть, мы плохие родители?

Психолог: Вашей вины нет. Родителями не рождаются, а становятся. Любые человеческие отношения - это огромный труд. Я предлагаю Вам попробовать разобраться и понять, почему Ваш сынок так себя ведет, и поискать пути решения проблемы.

Мама: Я согласна.

Психолог: вспомните, пожалуйста один из выходных дней и расскажите, как он прошел.

Мама: Утром мы проснулись, как в обычный рабочий день, позавтракали, я стала наводить порядок в доме, муж ушел за покупками, сын смотрел мультики, но постоянно ходил за мной и задавал вопросы по мультфильму, звал с собой смотреть. Когда я просила его подождать, он плакал и приходилось тратить много времени, чтобы его успокоить. После обеда у сына был дневной сон, я готовила ужин, муж смотрел кино. После сна ближе к вечеру мы поехали в гости к бабушке и дедушке. Там весь вечер сын общался с дедом, большую часть вечера были у деда в гараже. После возвращения домой сын спокойно перекусил, почитал с папой книжку и заснул. Мы с мужем смогли отдохнуть, посмотреть кино.

Психолог: Спасибо! Может Вам покажется необычным, но я предлагаю ответить на простые вопросы:

Как давно ребенок посещает детский сад?

Бывают ли капризы и истерики в детском саду?

Посчитайте, сколько времени в день Вы общаетесь с вашим ребенком?

Посчитайте, сколько времени в день Вы общаетесь с вашим супругом?

Вы скучаете за ними? Как вы им это демонстрируете?

А хотели бы Вы больше времени находиться со своей семьей?

Из беседы с мамой:

Я очень их люблю и скучаю за ними, поэтому на выходных мне хочется больше времени проводить с ними, но домашние дела не позволяют это сделать. И сын постоянно требует внимания, капризничает, мы с мужем чувствуем свое бессилие по отношению к ребенку. Воспитатель никогда не жаловалась на нашего сына.

Анализ ситуации психологом

Важно донести до родителей, что происходящее с их ребенком является естественной реакцией. Из-за того, что в течение недели у ребенка ограниченное время на общение с родителями, он стремится компенсировать недостаток внимания в выходные. В рабочие дни, проводя время в детском саду, он поглощен повседневными активностями, что снижает его потребность в вечернем внимании родителей, так как предпочитает отдых. Для облегчения ситуации родителям предлагается несколько вариантов проведения совместных выходных.

Стратегия дальнейшей работы с родителем по решению данной проблемы

Обеспечение чувства любви и безопасности у ребенка, чтобы удовлетворить его основные эмоциональные потребности;
Предоставление родителям информации о феномене "трехлетнего кризиса" для лучшего понимания поведения ребенка;
Ознакомление с методиками консистентного реагирования на детские истерики, чтобы научить родителей адекватно и спокойно реагировать на сложные ситуации;
Включение обратной связи: выделение и поддержка позитивных намерений родителя в желании разрешить сложившуюся ситуацию и помочь как себе, так и ребенку;
Подготовка и обсуждение с родителями плана действий для проведения качественного семейного времени в выходные дни.

Информация для родителей

Кризис 3-х лет

Этот период в развитии ребенка характеризуется стремлением к самостоятельности, желанием делать всё по-своему. Ребенок может проявлять упрямство, отрицание и непослушание как способ аффирмации своего "Я". Важно проявлять терпение и поддержку, стараться понять причины протестных действий ребенка. Объясняйте ему правила и ограничения, показывая их необходимость и безопасность. Помните, что любовь, внимание и постоянство помогут вашему ребенку легче пройти через этот непростой период.

Истерики. Что можно и что нельзя?

Истерики часто являются выражением чувств и эмоций ребенка, которые он не может выразить иным способом. Важно сохранять спокойствие и не поддаваться на провокации. Нельзя наказывать ребенка за истерики или уступать всем его требованиям, так как это может подкреплять

нежелательное поведение. Попробуйте отвлечь его, измените обстановку или предложите альтернативу. После истерики обязательно обсудите произошедшее, когда ребенок успокоится.

Игры с ребенком дома

Домашние игры могут включать конструкторы, пазлы, ролевые игры, рисование или лепку. Это не только развлечет ребенка, но и способствует развитию мелкой моторики, воображения и творческих навыков. Уделите время совместным играм, которые поддерживают развитие языковых и когнитивных навыков, например, читайте вместе книги, рассказывайте истории или играйте в обучающие игры.

Игры с ребенком на улице

На улице можно организовывать активные игры, такие как прятки, догонялки, прыжки через скакалку, игры с мячом. Также можно исследовать природу: собирать листья, наблюдать за насекомыми или устраивать небольшие походы. Эти занятия не только содействуют физическому развитию ребенка, но и учат его наблюдательности и уважению к природе.

Опыты с детьми в домашних условиях

Домашние опыты могут быть как обучающими, так и развлекательными. Простые научные эксперименты помогут ребенку понять основы физики и химии, а также развить любознательность. Можно сделать вулкан из соды и уксуса, создать радужные пузыри, изучить свойства воды и воздуха. Такие занятия стимулируют мышление и мотивируют ребенка узнавать новое.

Итоги консультации

Определение проблемы: Установлены и обозначены ключевые трудности, с которыми сталкивается семья;

Принятие проблемы родителем: Родитель признал наличие проблемы и выразил готовность работать над ее решением;

Понимание семейной динамики: Родитель получил более глубокие знания о структуре и взаимодействиях внутри семьи;

Осознание социальных ролей в семье: Сформировано понимание функций и ответственности каждого члена семьи;

Конкретные рекомендации: Предоставлены специфические советы и методики для преодоления обозначенных проблем;

План действий для родителя: Разработан индивидуальный план для родителя по внедрению изменений и улучшения ситуации в семье;

Обсуждение итогов и обратная связь: Проанализированы результаты встречи, даны ответы на вопросы родителя и обсуждены дальнейшие

шаги. Получена обратная связь от родителя по предложенным решениям и рекомендациям.

Полученный результат: Психолог вместе с родителем определил основные причины трудностей в поведении ребенка. Предложены конкретные методы и подходы для коррекции поведения и улучшения ситуации. Родитель одобрил представленные идеи и подходы к воспитанию, принял ценностные ориентиры, предложенные психологом для дальнейшего развития и воспитания ребенка.

Список литературы

1. Бочарова, Н.И. "В поход всей семьей". "Ребенок в детском саду", 2007, №3, с. 83-89.
2. Бочарова, Н.И., Тихонова, О.Г. "Организация досуга детей в семье: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений". Москва: Издательский центр "Академия", 2001. – 208 с.
3. Бочарова, Н.И. "Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: Пособие для родителей и воспитателей". 2-е изд., испр. и доп. Москва: АРКТИ, 2003. – 96 с.
4. Ионова, В. "Активные формы отдыха". "Дошкольная педагогика", 2006, №12, с. 12-17.
5. Коваленко, Н. "Семейные праздники: В кругу семьи". "Дошкольное воспитание", 1993, №10, с. 51-54.
6. Осокина, Т.И. "Игры и развлечения на воздухе". Москва, 1983.

Консультация для родителей: «Влияние авторитета родителей на формирование личности ребенка»

Актуальность: Современные реалии жизни с их интенсивным ритмом, повсеместным присутствием гаджетов и ограниченным временем на семью, ставят перед родителями вопросы по установлению границ и поддержанию авторитета перед детьми. Это обуславливает сложности в налаживании эффективного взаимодействия внутри семейных отношений.

Цель и задачи консультации

Цель: ознакомление родителей старшей группы с понятием «авторитет» и его влиянием на развитие личности ребенка.

Задачи:

Ознакомить родителей с разнообразием форм авторитета;
Обсудить способы воспитания и их влияние на формирование характера ребенка и его отношений с обществом.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана

Александровна.

Ожидаемый результат: нахождение решения запроса клиента, которое в оптимальной степени удовлетворит как психолога, так и родителя.

Запрос мамы:

В консультационный центр обратилась мама ребенка старшей группы с вопросом о том, как справиться с непослушанием и неуважением к себе ее ребенка.

Ход консультации

Я объяснила, что авторитет родителей играет критическую роль в воспитательном процессе в семье. Завоевать уважение своего ребенка – задача требующая времени и усилий как от отца, так и от матери. Все, что родители говорят о своих знакомых, свои действия дома и на публике, их отношение к труду, к другим людям и друг к другу, складывается в общее восприятие родительского авторитета у ребенка.

Важно, чтобы родительская авторитетность была последовательной и не подвергалась влиянию внешних обстоятельств, которые могут негативно отразиться на отношениях с детьми. Например, перенос рабочих проблем домой и отражение их на поведении с ребенком не способствует росту уважения, а скорее порождает обиды и раздражение.

Из беседы с мамой:

В ходе разговора выяснилось, что мать чувствует себя неуверенно и затрудняется в выборе стратегии поведения, чтобы эффективно формировать личность ребенка и укреплять свой родительский авторитет.

Анализ ситуации психологом

С самых первых дней жизни человек вступает во взаимодействие с обществом, где на его развитие оказывают воздействие многочисленные факторы, как природные, так и социокультурные. Основополагающим социальным элементом, играющим ключевую роль в процессе формирования личности, служит семья. Семьи различаются по своему составу, взаимоотношениям между членами и отношению к внешнему миру. Эти аспекты определяют, как индивид воспринимает мир – в позитивном или негативном свете, формируют его убеждения и поведение в обществе.

Семейные отношения также оказывают значительное влияние на профессиональное самоопределение и жизненный путь человека. От семьи

человек может получить значительные жизненные уроки или, напротив, остаться без необходимой поддержки.

Существуют разнообразные типы семейных укладов: неполные семьи, семьи, в которых есть члены с ограниченными возможностями здоровья, многодетные семьи, а также семьи, где преобладают конфликты или различаются подходы к воспитанию. Подход к воспитанию в каждой семье уникален и многообразен. Кроме того, человек может не достигнуть уровня личностного развития, если не обладает собственными взглядами и убеждениями, поддаваясь чужому влиянию. В этом контексте роль семьи также неоспорима.

Стратегия дальнейшей работы с родителем по решению данной проблемы

Семейная среда может оказывать разнообразное воздействие на воспитание детей: она может быть источником поддержки и любви, но также может приводить к трудностям в развитии личности. Основная позитивная роль семьи заключается в безусловной любви и заботе, которую ребенок испытывает от родителей и других членов семьи, таких как бабушки, дедушки и братья с сестрами. Однако та же семья может стать источником проблем в развитии ребенка.

Актуальным становится вопрос об оптимизации влияния семейных отношений на рост и формирование ребенка. Важно глубоко понять и проанализировать социально-психологические элементы семейной жизни, которые влияют на воспитание.

Ребенок получает первые жизненные уроки именно в семье, учится осмысливать мир и социальные взаимодействия. Крайне значимо, чтобы учения родителей сопровождалось живыми примерами правильного поведения, чтобы дети учились на положительном опыте, а не на ошибках взрослых.

Рассмотрение различных форм родительского авторитета может пролить свет на то, какие подходы наиболее эффективны в воспитании. Разнообразие стилей воспитания и их воздействие на детей требуют внимательного анализа и понимания, чтобы определить идеальную модель поведения родителей.

Авторитет угнетения – это чрезвычайно негативный тип власти, особенно распространенный среди отцов. Когда отец постоянно находится в состоянии гнева, реагирует на малейшие провинности с жесткостью и грубостью, использует физическое наказание и крики в качестве основных методов воспитания, это ведет к атмосфере страха в семье. Такой подход не учит, а лишь внушает страх и жестокость, превращая мать в подчиненную без

голоса и влияния. Результатом могут быть дети, которые либо становятся пассивными и безвольными, либо же несут в себе глубокие психологические травмы, влияющие на всю их жизнь. Современное общество стремится избавиться от таких воспитательных практик.

Авторитет дистанции, в свою очередь, предполагает, что дети должны быть подальше от родительского внимания, что меньше общения приведет к большему послушанию. В таких семьях отец может проводить время отдельно от семьи, изолируясь в своем кабинете, а мать может переложить воспитательные обязанности на других членов семьи или персонал. Этот подход также не способствует здоровому воспитанию и развитию отношений в семье, поскольку отсутствие тесной связи и общения ограничивает возможность ребенка учиться на положительном примере и получать поддержку.

Авторитет самодовольства представляет собой разновидность дистанционного авторитета, однако он несет в себе больше отрицательных последствий. Этот тип характеризуется родителями, которые считают себя особо достойными и значимыми личностями, и активно демонстрируют это поведение перед своими детьми. Такие родители часто хвастаются своими достижениями и преуменьшают достоинства других, в результате чего их дети начинают подражать им, принимая хвастливость и высокомерие за норму. Этот тип авторитета вреден, так как способствует развитию в детях чрезмерной гордыни и недостатка эмпатии.

Авторитет педантичности выделяется чрезмерной строгостью и непоколебимостью в требованиях. Родители этого типа ждут от детей абсолютного послушания и не терпят возражений. Они придерживаются мысли, что их указания должны исполняться безоговорочно и любое отклонение от правил неприемлемо. Такие родители не допускают возможности собственных ошибок, что ведет к ригидности и отсутствию гибкости в семейных отношениях. Этот стиль воспитания лишает детей возможности учиться на ошибках и развивать самостоятельность.

Авторитет назидательности основан на бесконечных лекциях и уроках морали, которые родители предоставляют своим детям. Вместо кратких и понятных указаний, дети вынуждены слушать длинные и однообразные речи, что часто приводит к отторжению и непониманию. Такой подход подавляет естественную жизнерадостность и любопытство ребенка, вместо того чтобы поощрять его к самостоятельному мышлению и обучению через личный опыт.

Авторитет, основанный на чрезмерной любви, часто встречается в семьях, где родители полагают, что для послушания детей необходимо беспрекословное чувство любви. Они засыпают детей ласковыми словами и постоянными ободрениями, создавая атмосферу, в которой дети чувствуют себя обязанными отвечать взаимностью. В такой обстановке дети могут научиться манипулировать родительскими чувствами, используя любовь как средство для достижения своих целей. Этот подход может способствовать формированию эгоистичных и манипулятивных черт характера у ребенка, ведь они учатся, что чувства можно использовать в своих интересах.

Авторитет доброты отличается излишней уступчивостью и мягкостью. Родители, принимающие роль бесконечно добрых и позволяющих всё, лишают детей возможности сталкиваться с ограничениями и учиться преодолевать трудности. В итоге дети могут начать доминировать в семье, искажая нормальные взаимоотношения между членами семьи. Постоянные уступки и нежелание вступать в конфликт создают у ребенка искаженное представление о реальности и ограничивают его развитие.

Авторитет, основанный на дружбе, предполагает идею равенства между родителями и детьми. Хотя это может звучать привлекательно, важно помнить, что дружба не должна исключать родительскую ответственность и авторитет. Баланс между дружескими отношениями и необходимостью установления границ и правил жизненно важен для здорового воспитания. Превращение воспитательного процесса в чистую дружбу может привести к потере родительского авторитета и создать путаницу в ролях внутри семейной структуры.

В идеале, родительский авторитет в семье основывается на подлинности и поведении родителей, а также на их ответственности за семью и общественной жизни. Родители, которые ведут себя честно и целенаправленно, устанавливают прочные основы для родительского авторитета, без необходимости прибегать к искусственным методам.

Дети естественно стремятся узнать больше о жизни своих родителей, их работе и социальном статусе. Важно, чтобы дети видели, что дело родителей важно и заслуживает уважения. Это не означает, что родители должны выглядеть как непревзойденные авторитеты; скорее, они должны выступать как часть большего сообщества и примеры для подражания.

Авторитет в семье также укрепляется, когда родители знают интересы и потребности своих детей и активно участвуют в их жизни без назойливого контроля или навязывания собственных взглядов. Важно создать атмосферу открытости, в которой дети могли бы свободно делиться своими мыслями и опытом.

Истинный родительский авторитет строится на взаимном уважении и понимании, а также на способности поддерживать и помогать детям в их развитии. Родители должны стремиться к балансу между требовательностью и эмпатией, устанавливая ясные, но справедливые границы и ожидания.

Педагогический такт, понимание и уважение к личности ребенка являются ключевыми компонентами эффективного воспитания. Важно, чтобы родители не только контролировали поведение и развитие своих детей, но и обучали их самостоятельности, уважению к другим и ответственности за свои действия.

В семейном воспитании существуют различные подходы к взаимодействию между родителями и детьми, которые формируют определенные отношения и влияют на развитие ребенка:

1. В некоторых случаях родители строго диктуют действия детей без возможности для их самовыражения.
2. Иногда дети могут выражать свои мнения, но их выбор не влияет на итоговое решение родителей.
3. В других ситуациях дети имеют возможность принимать самостоятельные решения, но с родительским одобрением.
4. Иногда дети принимают решения независимо, с минимальным вмешательством родителей.
5. В крайних случаях дети полностью самостоятельны в своих действиях и решениях без родительского контроля.

Основные стили воспитания включают:

Демократичный: родители ценят и поддерживают самостоятельность детей, одновременно требуя выполнения определенных правил. Это способствует гармоничному развитию и укреплению самостоятельности.

Авторитарный: родители требуют безоговорочного подчинения, не допуская возражений и не обеспечивая объяснений своих требований, что может привести к конфликтам и отчуждению.

Игнорирующий: родители практически не вмешиваются в жизнь ребенка, что часто приводит к отсутствию направления и контроля.

Гиперопекающий: чрезмерная забота и контроль со стороны родителей, приводящие к пассивности и зависимости детей от родительских решений.

Идеальное воспитание обеспечивается, когда родители стремятся найти баланс между поддержкой самостоятельности и предоставлением надлежащего руководства, учитывая при этом потребности и интересы ребенка.

Информация для родителя

В воспитательном процессе различают четыре подхода к урегулированию конфликтов:

1. **Уход от проблемы:** Общение ограничивается только деловыми аспектами, проблемы не решаются.
2. **Мир любой ценой:** Взрослый игнорирует неподобающее поведение ребенка, что может вести к укреплению негативных привычек.
3. **Победа любой ценой:** Взрослый стремится доминировать, что может привести к бесконечной борьбе за авторитет.
4. **Продуктивный подход:** Обе стороны договариваются о компромиссе, важно стремиться к совместному решению.

Суть родительского авторитета не требует доказательств; он воспринимается ребенком как естественное преимущество взрослых. Настоящий авторитет взрослых формируется не заявлениями о власти, а через действия, уважение и взаимопонимание. Непослушание ребенка часто сигнализирует о недостатке авторитета у родителей. На самом деле, каждая семья может выстроить авторитет, и это не всегда требует особых усилий. Однако авторитет, основанный на неправильных принципах и стремлении лишь к послушанию, не приведет к здоровым взаимоотношениям и качественному воспитанию. Настоящая цель – это всестороннее развитие ребенка, а послушание является лишь средством достижения этой цели. Важно, чтобы родители не стремились к пустому послушанию ради облегчения собственной жизни, так как это может привести к воспитанию неуверенных и пассивных индивидов.

Итоги консультации

В конце консультации родителю стали известны различные виды «авторитета», способы и методы воспитания в нужном направлении развития своего ребенка, также назначена повторная консультация по истечении определенного времени для дальнейшей консультационной работы по данному вопросу.

Список литературы

1. Макаренко, А.С. "Общение с трудными детьми". Москва: ТЦ СФЕРА, 2020.
2. Смирнова, Е.О. "Детская психология". Москва: КНОРУС, 2019.
3. Маховская, О. "100 ошибок воспитания, которых легко избежать". Москва: ПЕДАГОГИКА, 2021.
4. Фабер, А., Мазлиш, Э. "Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили". Москва: Smart Reading, 2021.

Консультация для родителей дошкольников: "Справляемся с капризами в

магазине: эффективные подходы и стратегии"

Актуальность: Многие родители сталкиваются с проблемой детских капризов во время похода по магазинам. Витрины с красочными игрушками и сладостями так и манят малышей, провоцируя требовать покупок. Около 70% взрослых поддаются на детское "хочу", лишь усугубляя ситуацию.

Каприз – это поведение ребенка, при котором он настаивает на своем вопреки позиции родителей. В такие моменты мамы и папы часто теряются, не зная как унять громкий плач чада. Особенно неловко, когда рядом оказываются посторонние со своими советами. После пары подобных сцен родителям уже не хочется брать ребенка с собой за покупками. Однако это не решит проблему. Можно отучить малыша закатывать истерики, если запастись терпением и проявить твердость.

Цель и задачи консультации

Цель: Ознакомить родителей с причинами детских капризов в магазине и способами их преодоления.

Задачи:

- Изучить литературу по теме (по запросу родителей);
- Информировать о причинах капризов, в том числе в контексте возрастных кризисов;
- Дать рекомендации по решению проблемы.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: конструктивная помощь родителю в озвученном вопросе.

Запрос мамы:

"Моей четырехлетней дочери постоянно хочется что-то новенькое: шоколадку, игрушку или воздушный шар. Она просит это неоднократно в день. Объяснения, что финансы ограничены или что подарок будет в награду за хорошее поведение, не работают. Бывает, что она устраивает истерику или нытьё на целый день с требованиями 'купи-купи'. Часто я всё же покупаю ей разные подарки. Но теперь в каждом магазине она требует новую покупку. Как мне донести до неё, что такое поведение неприемлемо?"

Уточнение запроса:

Психолог: Давайте уточним, что вы хотите получить от нашей встречи. Я правильно понял, что вас беспокоят капризы ребенка в магазине, и вы ищите способ с этим справиться?

Мама: Да, верно. Думаю, покупая все, что она хочет, я иду у нее на поводу.

Психолог: Тогда давайте вместе разберемся в причинах такого поведения и найдем решение, чтобы поход за покупками приносил радость вам обоим.

Из беседы выяснилось, что в семье растет единственный и горячо любимый всеми родственниками ребенок. При совместном посещении магазина бабушки-дедушки, тети-дяди всегда покупают малышке все, что она захочет. Постепенно торговые центры превратились для семьи в настоящий ад - где бы они ни оказались, обязательно нужно что-то купить девочке, даже если ей это и не нужно. Со временем родители пытались договориться с родными не потакать всем прихотям ребенка, объясняя, что подарки и покупки должны быть заслуженными или привязанными к празднику. Но малышка продолжает устраивать в магазинах истерики - кричит, плачет, обижается, говорит маме или папе, что они "плохие".

Анализ ситуации психологом

Необходимо помочь родителям освоить стратегии поведения, позволяющие не идти на поводу у капризного ребенка и не покупать лишнее ради сиюминутного спокойствия. Важно превратить поход в магазин из наказания в увлекательное приключение, где малыш учится помогать взрослым, а не требовать подарков.

План дальнейшей работы

- Выявить совместно с родителями причины детских капризов;
- Дать информацию о проявлениях возрастных кризисов;
- Обсудить, как удовлетворить потребность ребенка во внимании и любви;
- Отметить позитивную мотивацию родителей к решению проблемы.

Информирование

Психолог: Обычно, дети в возрасте около трех лет испытывают кризис и начинают осваивать контроль над своими чувствами, что иногда бывает сложно. К четырем-пяти годам эти проявления обычно уменьшаются. Однако, определенные факторы могут вызвать новые приступы истерик.

Дети, которые часто получают подарки, могут стать более требовательными, заставляя родителей постоянно отказывать им. Те дети, кто не привык слышать решительное «нет», могут начинать истерику, понимая, что таким образом можно достичь желаемого. Также, капризы могут быть вызваны усталостью и неудобством, например, когда ребенок голоден, испытывает жажду, хочет в туалет или проводит много времени в магазине.

Важно помнить:

Возраст от полутора до четырех лет считается пиковым временем для упрямства и прихотей;
У мальчиков кризис проявляется более ярко;
Девочки могут капризничать чаще;
Во время трехлетнего кризиса истерики могут возникать от пяти до девятнадцати раз в день;
Если поведение капризного характера сохраняется после четырех лет, возможно, оно превратилось в метод манипуляции взрослыми.

Рекомендации родителям

1. Не идите на поводу, не покупайте лишнее ради сиюминутной тишины.
2. Превратите поход в магазин в увлекательный квест. Сделайте ребенка главным помощником, выдайте список покупок в виде карты сокровищ. Пусть ищет нужные товары на полках. За помощь пообещайте поощрение - вкусный йогурт или необычный фрукт. Так малыш научится, что покупки требуют планирования и осознанного выбора.
3. Начните с незнакомого магазина, постепенно приучая ребенка, что здесь не место капризам, а территория важных дел.
4. Добейтесь единства в семье. Трудно отучить ребенка от истерик, если дома ему ни в чем не отказывают.
5. Следите за его настроением. Капризы провоцируют голод и усталость.
6. Вовлекайте малыша в процесс покупок, не давайте скучать. Если увлечетесь выбором сами - рискуете получить истерику.
7. Будьте примером. Если мама сама постоянно примеряет наряды со словами "хочу", ребенок будет копировать такую модель поведения.

«7 правил наказания»

1. Наказание не должно причинять вред здоровью ребенка ни физическому, ни психическому.
2. Если есть сомнения в необходимости наказания, лучше воздержаться от него. Например, если вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребенок, или сомневаетесь, достойно ли действие наказания. Нельзя наказывать "на всякий случай".
3. За один проступок – одно наказание. Недопустимо припоминать старые ошибки и проступки.
4. Лучше не наказывать вовсе, чем наказывать с опозданием. Наказание должно следовать непосредственно за проступком.
5. Наказав, важно вскоре простить ребенка. Нельзя длительно держать обиду и злость на него.
6. Если ребенок считает ваше наказание несправедливым, оно не будет иметь эффекта. Поэтому важно объяснить ребенку, за что конкретно и почему он наказан.

7. Ребенок не должен бояться наказания. Страх не должен быть сопутствующим чувством.

Безусловно, применять все правила и условия в семейном воспитании очень непросто, но каждый родитель может выбрать из этого перечня недостающие элементы и дополнить ими уже сложившуюся в семье стратегию воспитания.

Итоги консультации

Проблема определена;
Причины выявлены совместно с родителями;
Составлен дальнейший план действий родителей в семье по решению проблемы;
Обсуждены итоги беседы, даны ответы на вопросы.

Рекомендации родителям

Игры и упражнения для преодоления упрямства и капризов у ребенка:

1. "Капризная лошадка" (с 3-х лет)

Правила: Один игрок - "наездник", другой - "лошадка". "Наездник" сидит на "лошадке" и просит ее поскакать, потанцевать, поклониться. "Лошадка" игнорирует просьбы, капризничает, упрямится. "Наездник" уговаривает "лошадку", угощает "сахаром" (поглаживания). Затем игроки меняются ролями. После игры обсуждаются чувства "наездника" и "лошадки", способы уговоров и реакции на них.

2. "Злые - добрые тигры" (с 2-х лет)

Правила: По команде "злые тигры" игроки рычат, кривляются, принимают "устрашающие" позы, по команде "добрые тигры" - улыбаются, "умывают" мордочку, делают ласковые движения. Чередование команд происходит в быстром темпе. Важно полностью перевоплощаться в "злых" и "добрых" тигров.

3. "Три характера" (на коррекцию эмоциональной сферы детей)

Правила: На полу чертится круг, разделённый на три сектора. В каждом секторе изображается символ эмоции: солнышко (радость), тучка (грусть) и молния (злость). Ребенок перемещается по кругу и называет ситуации, в которых он чувствует эмоцию, изображенную в секторе. Затем обсуждаются варианты преодоления грусти и гнева.

4. Игра-драматизация "История про Танечку и Ванечку"

Правила: Взрослый рассказывает историю о Танечке и Ванечке, у которых по очереди случаются неприятности, они сердятся, грустят. Дети распределяют роли и проигрывают сценки. После каждого эпизода обсуждаются чувства героев, варианты позитивных решений

конфликтов. Важно проявлять взаимопомощь и находить позитивный выход из ситуаций.

Список литературы

1. "50 исцеляющих сказок от 33 капризов". Москва: Умница, 2011. – 352 с.
2. Голутвина, В. "Воспитание без слез и капризов. Спокойный ребенок – счастливые родители". Москва: Вектор, 2011. – 208 с.
3. Корнеева, Е.Н. "Детские капризы. Что это такое и как с этим бороться". Москва: Оникс, Мир и Образование, 2012. – 160 с.
4. Курдюмов, Н.И. "Как мы сами создаем избалованность, упрямство и беспомощность наших детей. Человечкоделание". Москва: Путь, 2006. – 173 с.
5. "Как реагировать на капризы ребенка". Доступно на: https://meduniver.com/Medical/Psichology/kak_reagirovat_na_kupi_rebenka.html
6. "Детская истерика в магазине: как реагировать родителям". Доступно на: <https://razvitie-krohi.ru/psihologiya-detey/detskaya-isterika-v-magazine-kak-reagirovat-roditelyam.html>

Консультация для родителей детей дошкольного возраста: «Пути преодоления застенчивости у детей: от теории к практике»

Актуальность: В наши дни умение общаться – ключевой фактор успешной социализации и гармоничного развития личности. Но некоторым детям сложно заводить новые знакомства и адаптироваться в коллективе. Чаще всего проблемы в общении возникают у застенчивых малышей. Им трудно проявлять активность, они тревожны, испытывают беспричинный страх. Все это может привести к неврозам. Важно выявить проблему в дошкольном возрасте, пока психика наиболее пластична.

Цель и задачи консультации

Цель: Сформировать у родителей понимание влияния застенчивости на эмоциональное состояние ребенка.

Задачи:

- Обсудить с родителями проблемы робости и неуверенности;
- Мотивировать их помочь ребенку преодолеть застенчивость;
- Познакомить со способами решения проблемы.

Консультацию проводил: педагог-психолог Деркач Светлана Александровна.

Ожидаемый результат: конструктивная помощь родителю в озвученном вопросе.

Запрос мамы:

"Моей дочери пять лет. Она склонна к одиночеству, предпочитает играть сама по себе и скептически относится к своим возможностям. Воспитатель отмечает, что девочка неуверенно себя чувствует в группе детей, избегает активного участия в занятиях. На детской площадке она взаимодействует только с одним-двумя детьми, остерегаясь больших групп. Ей больше нравится быть в стороне от основных игр. Также она не стремится принимать участие в публичных выступлениях, закрывается в себе и предпочитает находиться рядом с взрослыми. В общении она чувствует себя неуверенно и скованно".

Ход консультации

Уточнение запроса:

Психолог: Добрый день! Давайте сформулируем, какую помощь и информацию вы ждете от меня.

Мама: Хочу с точки зрения психологии понять, почему ребенок такой и как ему помочь справиться с проблемой.

Психолог: Я постараюсь разобраться в причинах такого поведения.

Замечали ли вы робость дочери в других ситуациях?

Какой стиль общения принят в вашей семье?

Какой бы вы хотели видеть свою девочку?

Из беседы выяснилось, что в воспитании родители придерживаются принципа, распространенного в вузах: ценность ребенка определяется интеллектом и эрудицией. С 4 лет они заставляют дочь много читать, считая это залогом ума.

Анализ ситуации психологом

В семье практикуется авторитарный стиль воспитания с жесткими ограничениями. Застенчивость ребенка вызвана излишним родительским контролем, ведущим к безынициативности.

Стратегия дальнейшей работы

1. Помочь родителям изменить стиль общения с ребенком;
2. Вместе выявить истоки робости девочки;
3. Дать рекомендации по преодолению застенчивости.

Выявление причин

Психолог: Проанализируйте свое отношение к дочери. Безусловно, вы ее любите. Но всегда ли выражаете эту любовь в поведении? Часто ли говорите, как сильно любите просто так, ни за что? Взгляните на ситуацию глазами ребенка.

Мама: Я считаю, что ребенка нужно воспитывать с детства. Люблю дочь, но сюсюкать не хочу.

Психолог: Возможно, ей не хватает проявлений вашей любви, похвалы, поддержки?

Мама: Это очевидно, со мной родители общались так же.

Психолог: Частая причина детской робости - критика, публичный стыд, тотальный контроль со стороны родителей. Есть ли это в вашем общении?

Мама: Если не критиковать, как она поймет, что не права? Лучше я скажу, чем посторонние.

Психолог: Я постараюсь помочь. Подумайте над вопросами.

Считаете ли вы себя застенчивой сейчас и в детстве? Называли ли вас или родных робкими? В каких ситуациях вы чувствуете неловкость? Что помогает обрести уверенность в группе? Как реагируете на стеснительность дочери? Что отвечаете, когда при ней говорят о ее застенчивости? Можете ли вы изменить свое поведение, чтобы придать ребенку уверенности? Давайте составим план перемен и будем его придерживаться.

Информация для родителя

Правила общения с застенчивым ребенком

- Озвучивать просьбы деликатно;
- Не отвергать;
- Позволять ошибаться;
- Создать в семье атмосферу доверия и поддержки;
- Повышать самооценку;
- Уважать достоинство;
- Подчеркивать сильные стороны;
- Хвалить и поощрять успехи;
- Избегать критики.

Рекомендации родителям

1. Помочь ребенку расширить круг общения, бывать в новых местах;
2. Дать определенную свободу действий;
3. Тренировать коммуникативные навыки;
4. Привлекать к поручениям, связанным с общением;
5. Укреплять веру в себя;
6. Развивать речь;
7. Не сравнивать с братьями и сестрами.

Лучший способ преодолеть застенчивость – ролевые игры. Раскрепоститься эмоционально, развить воображение и творчество поможет театральная деятельность. Специальные упражнения улучшат дыхание, речевой аппарат, дикцию, управление голосом. Перевоплощаясь в персонажа, ребенок преодолевает скованность. Заучивание стихов развивает память и интеллект. Выступления на публике реализуют потенциал и повышают самооценку.

Психолог: Помните, в жизни малыша нет отклонений в психике и поведении, не связанных с семьей и близкими взрослыми. Изменить ребенка нереально, если родные не присмотрятся к себе.

Итоги консультации

Обозначена проблема;
Выявлены причины совместно с мамой;
Она признала наличие проблемы;
Даны конкретные советы по решению;
Обговорен дальнейший план действий в семье;
Подведены итоги беседы, получена обратная связь.

Результат: психолог и родитель обсудили проблему, нашли ее корни, наметили пути выхода из ситуации.

Рекомендуемые игры и упражнения

"Рычи, лев, рычи": Играя с пассивными и скованными детьми, взрослый говорит: "Мы - львы, большая дружная семья. Давайте посоревнуемся в громком рычании. Как только я скажу: "Рычи, лев, рычи!", пусть раздастся самый мощный рык".

"Покажи себя": Замкнутому ребенку полезно выражать себя, играя роль другого. Понадобятся самодельные маски. Малыш берет новое имя и действует в образе. Перевоплотиться можно и с помощью грима. Чувства выразят куклы. Маски и костюмы высвобождают обычно скрытые черты.

"Разыгрывание ситуаций": Применима для коррекции любых коммуникативных нарушений. Дети сами придумывают сюжеты или разыгрывают реальные трудные случаи, например:

Двое незнакомых ребят вышли во двор, больше там никого;
Двое чужих детей хотят качаться на одних качелях;
Ребенок гуляет и видит плачущего незнакомого мальчика.

Проигрывание отрабатывает модели поведения. Это репетиция, снимающая часть сложностей в реальном общении.

"Нарисуй солнышко": Предложите ребенку изобразить большое солнце и представить, что это он сам. На каждом луче напишите его положительные качества. Сохраните рисунок. В трудную минуту пусть смотрит на него, представляя себя солнышком.

"Изобрази животное": Попросите робкого ребенка показать пантомимой разных зверей и птиц. Важно создать атмосферу безудержного веселья, чтобы каждый выход встречали хохотом и аплодисментами. Задания должны быть посильными. Представьте, как бы вы сами изображали то или иное животное. Выбирайте зверей с яркими чертами и узнаваемыми повадками. Обязательно обсудите характер показанного персонажа. Застенчивым детям сложно выразить чувства, скованность мешает общаться. Игра поможет раскрепоститься.

"Разговор с глухой бабушкой": Ребенок разговаривает с глухой бабушкой жестами, а она отвечает словами.

Вариантов масса, все зависит от фантазии. Вот пример:

Бабушка открывает внуку дверь.

- Ты где пропадал, озорник?

Внук жестами показывает, что играл в футбол.

- Ну и как настроение?

Внук поднимает большой палец: мол, "отлично".

- А почему хромаешь?

Внук машет рукой - пустяки, не обращай внимания.

- Нет, все же... Упал, да?

Внук без слов изображает, как ловил мяч, упал и ушиб колено. Было больно, но виду не подал.

Для комизма внук просит о чем-то жестами, а бабушка понимает неверно. Тут многое зависит от находчивости взрослого. Чем больше юмора, тем быстрее ребенок расслабится.

"Разная походка"

Предложите робкому ребенку походить как:

малыш, недавно вставший на ноги;
глубокий старик;
смелый лев;

горилла;
артист на сцене.

Список литературы

1. Богачкина Н.А., Сиренко Р.Н. Как преодолеть детскую застенчивость: Книга для родителей и педагогов Издательство: Академия Развития. 2009.
2. Вемъ А. Застенчивость и как с ней бороться. - СПб. Питер, 2010.
3. Лейл Лаундес. Прощай, застенчивость! 85 способов преодолеть робость и приобрести уверенность в себе. М. Добрая книга. 2007 г.
4. Репина Т. А., Смолева Т. О. Неуверенный ребенок. //Дошкольное воспитание. – 1980, - №3
5. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: Игры и упражнения. М.:
6. Физкультура и спорт, 1988.