

Поради батькам

Якими діти народжуються – ні від кого не залежить, але в наших силах зробити їх хорошими через правильне виховання.

Плутарх

Сучасна сім'я несе найбільшу відповідальність за виховання дитини. Саме вона має виконувати головне завдання – забезпечувати матеріальні та педагогічні умови для духовного, морального, інтелектуального й фізичного розвитку юного покоління. Конституційним обов'язком батьків є утримання своїх дітей до повноліття. Законами України «Про освіту» та «Про повну загальну середню освіту» на батьків покладена відповідальність за фізичне здоров'я та психічний стан дітей, створення належних умов для розвитку їхніх природних здібностей. Від сім'ї починається шлях дитини до пізнання світу, свого становлення як особистості, шлях до навчання. Даний посібник допоможе батькам знайти відповіді на запитання, які виникають при вихованні гіперактивних та замкнутих дітей, агресивних та тривожних, обдарованих та конфліктних. Допоможе розібратися в питаннях адаптації та готовності дітей до школи. Батьки ознайомляться з проблемами насильства в сім'ї та проблемами превентивного виховання неповнолітніх. Також отримають рекомендації щодо профілактики даних негативних проявів. Таким чином матеріали посібника стануть у пригоді батькам, класним керівникам, класоводам, працівникам соціально-психологічної служби – всім, хто бажає краще розібратися в психологічних особливостях дитини та надавати їй дієву допомогу. Адже життєвою дорогою дитину ведуть два розуми, два досвіди: сім'я та заклад освіти.

Якщо:

- Дитину постійно критикують, вона вчиться ненавидіти;
- Дитину висміюють, вона стає замкнутою;
- Дитину хвалять, вона вчиться бути шляхетною;
- Дитину підтримують, вона вчиться цінувати себе;
- Дитина росте в докорах, вона вчиться жити з почуттям провини;
- Дитина росте в терпимості, вона вчиться розуміти інших;
- Дитина росте в чесності, вона вчиться бути справедливою;
- Дитина росте в безпеці, вона вчиться вірити в людей;
- Дитина росте у ворожнечі, вона вчиться бути агресивною;
- Дитина росте в розумінні і дружелюбності, вона вчиться знаходити любов у цьому світі.

Кілька коротких правил

1. Показуйте дитині , що її люблять такою, якою вона є , а не за якісь досягнення.
2. Не можна ніколи (навіть у пориві гніву)говорити дитині ,що вона гірша за інших.
3. Треба чесно й терпляче відповідати на будь-які її запитання .
4. Намагайтесь щодня знаходити час ,щоб побути наодинці зі своєю дитиною.
5. Учїть дитину вільно спілкуватися не тільки зі своїми однолітками ,але й із дорослими.
6. Не соромтесь підкреслювати,що ви пишаєтесь своїм малюком .
7. Будьте чесні в оцінках своїх почуттів до дитини .
8. Завжди говоріть дитині правду ,навіть коли вам це не вигідно.
9. Оцінюйте тільки вчинки,а не її саму.
10. Не домагайтесь успіху силою . Примус – найгірший варіант морального виховання . Примус у сім'ї порушує особистість дитини .
11. Визнайте право дитини на помилку .
12. Думайте про дитячий «банк» щасливих спогадів .
13. Дитина ставиться до себе так , як ставляться до неї дорослі .
14. І взагалі ,хоч інколи ставте себе на місце своєї дитини ,і тоді ви краще зрозумієте, як її виховувати .

Рекомендації батькам гіперактивних дітей

- У своїх відносинах із дитиною дотримуйтесь «позитивної моделі». Хваліть її в кожному випадку ,коли вона цього заслужила, підкреслюйте успіхи . Це допоможе зміцнити в дитини впевненість у власних силах .
- Уникайте повторень слів «ні» і «не можна» .
- Говоріть стримано, спокійно і м'яко .
- Давайте дитині тільки одне завдання на певний відрізок часу ,щоб вона могла його завершити.
- Для підкріплення усних інструкцій використовуйте зорову стимуляцію.
- Заохочуйте дитину до всіх видів діяльності ,що вимагають концентрації уваги.
- Підтримуйте вдома чіткий розпорядок дня . Час прийому їжі ,виконання домашніх завдань і сну повинний відповідати цьому розпорядкові .
- Уникайте по можливості скупчень людей. Перебування у великих магазинах ,на ринках ,у ресторанах тощо чинить на дитину надмірно стимулюючий вплив .
- Під час ігор обмежуйте дитину тільки одним партнером . Уникайте неспокійних , гучних приятелів . Оберегайте дитину від стомлення ,оскільки воно призводить до зниження самоконтролю і наростання , гіперактивності .
Давайте дитині можливість витратити надлишкову енергію . Корисна щоденна фізична активність на свіжому повітрі :тривалі прогулянки ,біг ,спортивні заняття.

Рекомендації батькам по корекції тривожності дітей

У роботі з дітьми з тривожністю необхідно

- Постійно підбадьорювати ,заохочувати демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях;
- Виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності,уміння правильно оцінити їх ,опосередковано ставитися до власних успіхів ,невдач ,не боятися помилок ,використовувати їх для розвитку діяльності ;
- Формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей;
- Розвивати орієнтацію на спосіб діяльності ;
- Розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й однолітками , розвивати адекватне ставлення до оцінок і думок інших людей;
- Щоб перебороти скутість ,потрібно допомагати дитині розслаблюватися ,знімати напругу за допомогою рухливих ігор ,музики ,спортивних вправ ;допоможе інсценізація етюдів на прямих сміливості,рішучості ,що потребує від дитини психоемоційного ототожнення себе з персонажем;ігри,що виражають тривожність занепокоєння учасників ,дають змогу емоційно відкинути пригніченість і страх , оцінити їх як характеристики ігрових персонажів ,а не даної дитини,і на основі психологічного «розототожнення» з носіє гнітючих переживань позбутися власних страхів.
- Не сваріть дитину за те,що вона посміла гніватися на вас. Навпаки,поставтеся до неї,до її обурення з розумінням і повагою :допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до вас.
- Тільки тоді,коли емоції згаснуть,розкажіть дитині про те,як ви переживали,коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею владу форму висловлювання претензій .
- Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування,терпимо його доти,доки воно не вибухне,як вулкан,яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так,щоб не принизити дитину, не звинуватити,а просто виявити своє незадоволення.

Кілька порад батькам із формування в дітей адекватної самооцінки

- Не оберігайте дитину від повсякденних справ,не прагніть вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажуйте її тим, що їй непосильно. Нехай дитина виконує доступні їй завдання і одержує задоволення від зробленого.
- Не перехвалюйте дитини, але ї не забувайте заохочувати її, коли вона цього заслуговує.
- Заохочуйте в дитині ініціативу. Нехай вона буде лідером усіх починань, але також покажіть, що інші можуть бути краще її.
- Не забувайте заохочувати інших у присутності дитини. підкресліть достоїнства іншого і покажіть, що ваша дитина також може досягти цього.
- Показуйте своїм прикладом адекватність ставлення до успіхів і невдач. Оцінюйте у голос свої можливості й результати справи.
- Не порівнюйте дитини з іншими дітьми. Порівнюйте її із самою собою

(тією, якою вона була вчора чи, можливо, буде завтра).

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- Розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей.
- Не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, запобігти новим ускладненням, дайте їй певну міру волі і відкритих дій.
- Постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах.
- Залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелось б вступити в контакт з «чужим» дорослим. Наприклад: «Треба довідатися, про що ця цікава з чудовими картинками. Давайте запитавмо в бібліотекаря і попросимо дати її нам подивитися». Звичайно в такій ситуації «вимушеного спілкування дитина спочатку на стільки, що вітається тільки пошепки, відводячи очі, і не відриваючись від руки матері. Зате, ідучи, прощається голосно й чітко, іноді навіть посміхається.

Кілька порад батькам замкнутих дітей:

- Розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми.
- Підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви довідалися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.
- Прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

Принципи спілкування з агресивними дітьми:

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу – найнеефективніші способи подолання агресивності. Тільки зрозумівши причини агресивності і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.
- Дайте можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність у даний момент знизилася.
- Показуйте дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву.
- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити або пожаліти. Нехай вона бачить, що потрібна й важлива для вас.

Поради батькам конфліктних дітей

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недоброзичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бури».
- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.
- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте

неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.

- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.

Що ж включає в себе психологічна готовність до навчання в школі?

Важливим є те, що майбутній школяр «починається» з позитивного ставлення до школи, бажання вчитися, прагнення до здобуття знань. Величезну роль у прояві такого ставлення відіграють правильне уявлення дітей про навчальну працю та шкільне життя. Вони допомагають збагнути дітям всю серйозність навчальної діяльності та відповідально ставитися до учнівських обов'язків. Батькам треба пам'ятати це, щоб роботу в цьому напрямку будувати на перспективі радісного очікування дня, коли малюк стане школярем: постійно переконувати, що навчання в школі – це серйозна праця, унаслідок чого дитина дізнаватиметься щось нове. Не варто залякувати труднощами, що можуть вплинути на навчання. Треба пам'ятати про те, що в школі часто буває робота не цікавою, але важливою, яку потрібно виконувати, слід привчати дитину підкорятися слову «треба». Варто формувати вміння доводити почату справу до кінця, переборювати труднощі, переживати задоволення від зробленого, не засмучуватися невдачею.

- Прагнення йти до школи живиться передусім пізнавальною спрямованістю дошкільника, яка розвивається на основі властивої дітям допитливості і на кінець дошкільного дитинства набирає форм пізнавальної активності. Тому батьки повинні сприяти формуванню допитливості, здатності розділяти відоме й невідоме, переживати почуття задоволення від набутих знань, радості й захоплення від виконання інтелектуальних завдань.
- Розумова готовність дітей до школи не зводиться тільки до оволодіння певною сумою знань про навколишнє. Важливий не тільки обсяг тих знань, які має дитина, скільки їх якість, ступінь усвідомленості, чіткість. Саме тому важливо не вчити дитину читати, а розвивати мовлення, здатність розрізняти звуки, не вчити писати, а створювати умови для розвитку моторики, і особливо рухів руки і пальців.
- Необхідно розвивати у дітей здібності слухати, розуміти зміст прочитаного, вміння переказувати, проводити зорове зіставлення. Розумова готовність визначається як умінням дошкільника розв'язувати прості задачі, робити звуковий аналіз слова або зв'язно розповідати про зображення на картинці, так і тим, якою мірою доступні операції аналізу, синтезу, порівняння, класифікації.
- Є діти, які не досягають такого рівня розумового розвитку, за якого вони можуть успішно включитися в навчальний процес, зазнають у першому класі значних труднощів, навіть в умовах незалежного індивідуально підходу до них. У таких випадках очевидна не готовність до навчання.
- Необхідно, щоб дитина вміла слухати дорослого і сприймати його вказівки, керуватися ними під час занять, усвідомлювати необхідність запитати, якщо завдання не зрозуміле, оцінювати свою роботу. До початку навчання у школі

майбутні першокласники мають оволодіти такими поняттями: «більше», «менше», «однаково», «стільки само», «короткий і довгий», «старший і молодший»; уміти порівняти найпростіші предмети.

- Вольова готовність дітей до школи означає здатність керувати своєю поведінкою, довільно спрямовувати свою психічну діяльність. саме певним рівнем вольового розвитку маленького школяра обумовлюється його здатність зосереджуватися на виконанні шкільних завдань, скеровувати увагу на уроці, довільно запам'ятовувати й відтворювати матеріал. Формуванню у першокласників відповідальності за учнівські справи, сумлінного ставлення до своїх учнівських обов'язків сприяють розвинені батьками в період дошкільного дитинства мотиви елементарної обов'язковості правил поведінки та вимог дорослих. Тому важливим завданням у період підготовки дитини до школи має стати виховання у майбутніх школярів почуття відповідальності, самостійності, організованості, готовності трудитися; формування правильних моральних уявлень, готовності поділитися, поступитися, прийти на допомогу. Обізнаність із моральними нормами, які визначають людські взаємини, здатність дотримуватись правил поведінки в колективі – надійний компас для новачка в новому середовищі.

- Одне з першочергових завдань сім'ї, у забезпеченні загальної готовності дитини до школи полягає у тому, щоб сприяти її нормальному фізичному розвитку, виробленню санітарно-гігієнічних навичок, умінь самообслуговування і побутової праці. Туди входить піклування батьків про нормальне харчування малюка, загартування організму, медичне обстеження.

- Успішність навчання в школі багато в чому залежить від функціонального розвитку і стану здоров'я дитини. Дитячий організм сприйнятливий до негативних зовнішніх впливів через морфологічну та функціональну незавершеність усіх систем і органів.

- Навантажень зазнає несформований опорно-руховий апарат, коли доводиться протягом тривалого часу утримувати статичну позу. Тому треба слідкувати, щоб у дитини не відбулося викривлення хребта. Слабко розвинені також дрібні м'язи кисті, тому в дітей часто втомлюється рука. Ступенем розвитку вищої нервової діяльності зумовлені незначна кількість уваги, недостатність внутрішнього гальмування, швидке зростання збудження, що зовні виявляється у зайвій рухливості та чисельних відволікань від діяльності, коли вона вимагає зосередження. Усе це необхідно враховувати дорослим, будуючи свою взаємодію з дитиною.

- Психологи підкреслюють, що підготовка до школи повинна полягати не тільки і не стільки в навчанні дитини спеціальних знань і вмінь, скільки в загальному розвитку її розумових здібностей і пізнавальних інтересів, у формування вміння спостерігати й узагальнювати явища і на основі цього робити певні висновки.

Батьківські радощі та тривоги

1. Коли дитина з вами розмовляє, слухайте її уважно, співчутливо.
2. Не випробовуйте чесність дитини, якщо не хочете, щоб вам брехали.
3. Дозвольте дитині мати особисте життя.
4. Поважайте вашу дитину, як ви поважаєте інших людей.
5. Не захищайте дитину від життєвих обставин та наслідків її поведінки, бо діти навчаються тільки на власному досвіді.
6. Не скупіться на ласку: поцілунки, обійми, лагідне слово. Це потрібно і вам, і дитині.
7. Не займайтеся вихованням, коли ви втомлені, погано почуваєте. Спочатку відпочиньте.

Як оцінити батьками шкільні успіхи своїх дітей

Правило 1: заспокойтеся. Сконцентруйте свою увагу на диханні: один, два,... десять... Відчуйте спокій, рівновагу. Згадайте про свої колишні "успіхи". "Постійте в черевиках" своєї рідненької дитини. А тепер можна починати розмову, а може... допомогти розібратися у складній теоремі, а може... Пам'ятайте, що спілкування в люті, роздратуванні - все одно що включити в автомобілі "газ" і натиснути на гальма.

Правило 2: не поспішайте. Старий, вічний педагогічний гріх. Ми очікуємо від дитини все і зараз. Ми вимагаємо негайних успіхів, іноді не отримуємо їх, але при цьому не уявляємо, ж нашкодили. Нам потрібно, щоб дитина вчилася сьогодні добре, ми примушуємо її - вона вчиться, але стає зубрилкою й не навидить учіння, школу, а може й ...вас.

Правило 3 : безумовна любов. Ви любите свою дитину, незважаючи на її успіхи в школі. Вона відчуває вашу любов, і це допомагає їй бути впевненою в собі, подолати невдачі. А як же ставитися до невдач?...вони вас засмучують...та й годі.

Правило 4 :не бийте лежачого. Двійка, а для когось і четвірка - достатнє покарання, тому недоцільно двічі карати за одні й ті ж помилки. Дитина очікує від батьків не докорів, а спокійної допомоги.

Правило 5 : щоб позбавити дитину недоліків, намагайтеся вибрати один - той, якого ви хочете позбавитися найбільше, і говоріть тільки про нього.

Правило 6 : вибирайте найголовніше, порадьтеся із дитиною, почніть з ліквідації шкільних труднощів, найзначущіх для неї самої. Але якщо вас обох турбує, наприклад, швидкість читання, не вимагайте одночасно й виразності, і переказу.

Правило 7 - головне: хваліть - виконавця, критикуйте - виконання. Дитина схильна будь-яку оцінку сприймати глобально, вважати, що оцінюють всю її особистість. Вам під силу допомогти відокремити оцінку особистості від оцінки її роботи.

Правило 8 - найважче: оцінка має порівнювати сьогоднішні успіхи дитини з її вчорашніми, а не тільки з державними нормами оцінювання та неуспіхами сусідського Івана

Правило 9 : не скупіться на похвалу, будуючи стосунки із своєю дитиною, не орієнтуйтеся тільки на шкільні оцінки. Нема такого двієчника, якого нема за що похвалити.

Правило 10: визначне в морі помилок острівок успіху, на якому зможе втриматися, вкорінюватися дитяча віра в себе і в успіх навчальних зусиль. Оцінювати дитячу працю слід досить індивідуально, тактовно. Саме за такої оцінки в дитини нема ні ілюзії повного успіху, ні відчуття повної невдачі.

Правило 11: ставте перед дитиною конкретну та реальну мету, і вона спробує її досягти. Не спокушайте дитину метою, якої неможливо досягти.

Правило 12: не рвіть останню нитку. Досить часто дорослі вимагають: щоб зайнятися улюбленою справою (хобі), дитина повинна виправити свою успішність у навчанні. В ряді випадків така заборона має стимульний характер і справді спонукає дитину до навчання. Так буває тоді, коли справи з навчанням ще не зовсім запущені й до нього ще є інтерес. Якщо ж його вже нема, а в дитини є хобі, галузь живого інтересу, то її треба не забороняти, а всіляко підтримувати, бо це та ниточка, за яку можна витягнути дитину до активного життя в навчанні. Щоб усі правила виявилися ефективними, необхідно їх об'єднати: дитина має бути не об'єктом, а співучасником своєї оцінки. Її слід навчати самостійно оцінювати свої досягнення. Вміння себе оцінювати - необхідний компонент уміння вчитися, головного засобу подолання труднощів у навчанні.