

Шановні батьки!

Щиро вдячна Вам за співпрацю. Я ознайомилась з кожною заповненою Вами анкеткою. Дякую за щирі відповіді.

Добре, якщо в процесі виховання у Вас виникає безліч запитань, якщо Ви замислюєтесь над тим, як краще вчинити в тій чи іншій ситуації. Це означає, що Ви – творчі батьки. Мені дуже приємно, що я працюю саме з такими батьками.

Я підготувала відповіді на ті питання, які Вас турбують. Але пам'ятайте, що Ваша дитина – особлива, тому обов'язково використовуйте свою батьківську інтуїцію. Адже ніякий педагог або психолог не знає Вашу дитину так добре, як Ви, батьки.

1. Моя дитина дуже сором'язлива. Як їй допомогти?

Частіше говоріть дитині про те, як Ви її любите. Не критикуйте малюка. Грайтеся з дитиною в ігри, де вона зможе виявити свої емоції. Підтримуйте дитину в її справах, частіше хваліть. Підвищуйте самооцінку малюка. Розширюйте круг знайомств.

2. З якого віку найкраще віддавати хлопчика на танцювальні та спортивні гуртки?

Перш ніж відвести дитину в ту або іншу секцію, необхідно уточнити декілька моментів:

- чим би Ваша дитина хотіла займатися;
- до якого виду діяльності, на ваш погляд, у нього є здібності;
- стан здоров'я малюка (в кожній секції або гуртка, пов'язаних з фізичними навантаженнями, є протипоказання);
- відгуки про тренера: стиль спілкування з дітьми, розумність навантажень.

3. Як виховати дитину без комплексів?

Підвищуйте самооцінку малюка. Розширюйте коло спілкування вашої дитини. Будьте чуйними! Любіть дитину за те, що вона є, а не за її успіхи. Любіть з усіма її недоліками, і тоді жоден дитячий комплекс не проникне в його доросле життя, не зможе отруїти відчуття повноцінності, його майбутнє щастя.

4. Наскільки у вихованні дитини потрібно користуватися можливістю поставити в куток?

Щоб у дитини не сформувався страх замкнутого простору, страх бути непотрібним, покинутим бажано ставити в куток обличчям до кімнати. (продовження →)

З двох років як покарання можна посадити дитину на стільчик. Якщо відправляємо в іншу кімнату - двері закривати не треба. Не ізолювати дитину, а просто на якийсь час ввести заборону на рух - це дієво. Причому батьки можуть знаходитися в тому ж приміщенні, робити свої справи. Якщо маля намагається заговорити - зупиняємо: «Почекай, ти посидиш, потім поговоримо». Піднімається із стільчика? Наполегливо саджаємо знову. Сидіти на стільчику не потрібно довго: у два роки - дві хвилини, в три - три хвилини і так далі.

5. Як боротися з капризами та істериками дитини? (відповідь на це запитання висвітлена в цьому буклеті).

6. Як навчити дитину посидючості і уважності?

Посидючість розвиваються до семи років. Можна допомогти розвивати посидючість за допомогою ігор. Наприклад, берете текст (не більше 400 знаків), надрукований крупним шрифтом, даєте інструкцію "за 3 хвилини тобі потрібно знайти і викреслити всі букви А і В". Можна урізноманітнити (шукати кожного разу різні букви), ускладнювати завдання (шукати одночасно до 4х букв. Важливо щоб ускладнення було поступовим, щоб такі ігри проводилися регулярно - мінімум через день, краще щодня. Посидючість розвивають будь-які настільні ігри (важливо, щоб вони були цікаві дитині), зміна діяльності (дитина 6 років не може через вікові особливості бути зосередженим довше 15 хвилин, потім потрібно робити перерву).

Шановні батьки! Серед Ваших звернень, були такі запитання, відповідь на які можна дати тільки після особистого спілкування з Вами та після більш глибокого розгляду ситуації. Завжди буду рада зустрітися з Вами.

"Я - САМ!!!!"

(батькам про кризу 3-х років)



**Поради
практичного психолога**

СИМ ОЗНАК КРИЗИ ТРЬОХ РОКІВ

☞ НЕГАТИВІЗМ

На ВСІ пропозиції дорослих дитя свідомо відповідає відмовою.

☞ УПЕРТІСТЬ

Маля наполягає на чомусь лише тому, що він сам це запропонував.

☞ НЕПОКІРНІСТЬ

Маля раптом повстає проти звичайних справ, які раніше виконував без проблем. Категорично відмовляється умиватися, гуляти з собакою.

☞ «Я – САМ!!!»

Тепер завжди на перший план виходить те саме до болю знайоме «Я сам!». Він прагне робити сам все, що вміє і не вміє. Бідну маленьку людину роздирає внутрішнє протиріччя: і сам не можу, і просити дорослих не можу.

☞ ПРОТЕСТ, БУНТ.

Маля зі всіма йде на конфлікт, причому батькам здається, що він злісно знущається з них.

Демонстративно ламає іграшки, вивертає косметичку і малює кращою маминою помадою по стінах. Тим самим він нагадує: «Я тут головний!».

☞ ДЕСПОТИЗМ І РЕВНОЩІ.

- «Я сказав, що папа сидітиме на цьому стільці, а не в кріслі!»

Спробуй папа пересісти - істерика! Якщо в сім'ї є інші діти, маленький деспот на зло викидатиме їх іграшки, зіштовхуватиме «суперника» з маминих колін.

Важливо відрізнити нормальні проблеми зростання від капризів маляти, пов'язаних з нестачею маминого кохання і тепла.



ЯК ПОВОДИТИСЯ БАТЬКАМ, ЩОБ ПЕРЕМОЖЦЯМИ ВИЙШЛИ ВСІ?

📖 **Змінити тактику і стратегію спілкування з дитиною:** пора визнати, що він дорослий (ну майже!), поважати його думку і прагнення до самостійності. Не треба робити за дитину те, що він може зробити сам.

📖 **Постійно пропонувати вибір** (або ілюзію вибору - така ось хитрість на благо всім). Скажімо, мама знає - пора на прогулянку, і пропонує: «Ваню, ми гуляти підемо пішки по сходинок або на ліфті?». (Варіанти: у чорній куртці або зеленою? Ти є будеш борщ або кашу? З тарілки з квіткою або машинкою?)

📖 **Використовуйте гру при «кризових спалах»:** «Дашенька, переведи мене за руку через дорогу, а то мені страшно», «Ведмедик буде дивитися як ти одягаєшся»

📖 **Розраховувати, що дитині на все треба більше часу, чим дорослому, адже у нього поки що інший тип нервової системи і ритм життя.** Скажімо, мамі треба декілька хвилин, аби одягнутися самій і одягнути маля, але ж він тепер одягається сам - одже починати процес треба на півгодини раніше.



Все це допоможе запобігти істерії. Та все ж вони неминуче трапляються, причому за законом жанру - на людях.
Що робити тоді?

☞ **На ультимативну вимогу говоримо тверде і жорстке «Немає!».** І відвертаємося. Головне, зберегти зовнішній спокій і байдужість - як би важко це не давалося. Маля кричить, падає на підлогу, стукає ногами, перехожі осуджуючи дивляться. Доведеться терпіти. Підете на повіді - і істерика стане у дитини звичним інструментом досягнення мети в спілкуванні з батьками.

☞ **Якщо маля демонстративно впало в калюжу або на проїжджу частину,** беремо дитину, переносимо в безпечне місце і кладемо як взяли - хай там покричить. Доведеться просто почекати, коли буря мине.

☞ **Створити приємні перспективи - інколи це допомагає заспокоїти.** Наприклад, мама говорить: «Ваня, ти розкричався, тому що дуже хотів поглянути мультик. Але зараз ми підемо купувати хліб і по дорозі купимо фломастери - малюватимемо».

☞ **Нарешті маля заспокоїлося і зрозуміло, що метод не працює. Не критикуйте його:**
«Чого ти кричав, мені соромно, на тебе люди дивляться». Краще скажіть з гіркотою: «Мені шкода, що ти не стримався.» або «Я така сердита, мені аж кричати хочеться!».