**Консультации — шпаргалки для родителей**

Это очень легкий и необременительный вид помощи родителям. Шпаргалка — это ведь так; для уверенности, а не для обязательного исполнения. Можно прочитать и подумать, но сделать все по-своему.

Чтобы использовать шпаргалки для работы с родителями, целесообразно выбирать отдельные темы из предложенных, копировать и вывешивать их в родительском уголке по одной. Если особенности семьи требуют от вас деликатного подхода к подаче информации, предложите родителям все тексты «в сборе», возможно, они самостоятельно найдут те шпаргалки, которые станут для них опорой.

Шпаргалка для родителей

***Как защитить интересы своего ребенка***

Даже в детсадовской жизни найдется немало поводов для того, чтобы защитить интересы ребенка. Самая распростра­ненная ситуация — проведение разного рода исследований (тестирования) без информирования родителей и без полу­чения от них разрешения на эти действия в отношении их ре­бенка. Педагоги чаще всего объясняют необходимость про­ведения такого рода исследований образовательной практи­кой, необходимостью оценить результаты развития ребенка. Как правило, все завершается тем, что воспитатели выстра­ивают рейтинговые таблицы (столько-то детей показали вы­сокий уровень развития, столько-то — средний, столько-то — низкий). На самом же деле, педагоги обязаны исполь­зовать подобные действия прежде всего для оценки эффек­тивности своей собственной деятельности, а полученные ре­зультаты — для того, чтобы искать и находить индивидуаль­ные, подходящие для каждого конкретного ребенка методы и приемы.

***Как предотвратить проблему***

Прежде всего, стараться быть в курсе событий. На родительских собраниях надо не просто безропотно выслушивать мнение педагогов об «усвоении ребенком программы», a спрашивать о том, какими они видят сильные и слабые стороны, достижения и перспективы ребенка, что они делают для того, чтобы помочь ему достичь лучших результатов, что предлагают делать вам, родителям.

Обязательно обсуждайте с педагогами все тревожащие вас, ситуации. Лучше пусть вас посчитают излишне внимательными родителями, чем недосказанное вами будет мешать ребенку жить.

Не принимайте на веру все негативное, что говорят о малыше педагоги. Прежде всего, нужно получить факты, подтверждающие их мнение. Для этого обязательно используйте свое право присутствовать в группе, наблюдать за ребенком среди сверстников. Вполне возможно, что вы увидите те факторы, которые вызывают негативное поведение ребенка, ипоймете, что дело вовсе не в нем.

В случае, если вы увидели подтверждение мнения воспитателя, не принимайте это как трагедию. Ребенок растет и развивается, так что правильным будет решение — обсудить ситуацию и предпринять совместные действия в пользу малыша.

Будьте уверены: если этого не сделаете вы, не сделает никто.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок все время льнет к вам***

Если ребенок не отходит ни на шаг, льнет к вам, цепля­ется за вас, это может быть показателем нервного напряжения, которое он испытывает. Такое поведение бывает достаточно типичным, если ребенок только пошел в детский сад или болел, если в доме появился малыш или не удовлетворены его насущные оправданные потребности. Например, в общении, ласке, игре, движении, сне.

***Как предотвратить проблему***

Предлагайте ребенку больше увлекательных активных практических занятий. Дайте ему достаточно свободы, чтобы действовать так, как он считает нужным.

Снимите чувство незащищенности и неуверенности тем, что из разных концов комнаты говорите с ним: «Я вижу, ты снимаешь колечки с пирамидки», «Ты решил покачать куклу?»

Старайтесь максимально удовлетворять потребности ре­бенка: у него должно быть удобное место для отдыха и игр, должны быть в свободном пользовании игрушки. Если ребе­нок испытывает потребность грызть что-нибудь, поставьте на видном месте мисочку с кусочками моркови, капусты, репы, яблока.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если вы знаете, что ребенок переживает временный слож­ный период, связанный с семейными обстоятельствами, то какое-то время уделяйте ему дополнительное внимание.

Введите ограничитель вашего прямого контакта, напри­мер, поставьте таймер и скажите: «Через две минуты я займусь своими делами, а ты выберешь себе игру».

Не потакайте зависимому состоянию ребенка, слишком долго обнимая его. Обнимите и отведите на то место, где он может играть.

Не толкайте и не тяните ребенка, это еще сильнее усугу­бит ощущение незащищенности. Поддержите его, похвалите, когда он будет играть на расстоянии: «Умница, играй с кук­лами. Я буду радом гладить белье».

Пригласите в гости друзей или сверстников ребенка, предложите им разные игры и игрушки. Попросите малыша научить друзей играть в его любимую игру.

Обеспечьте ребенка обязанностями по дому: убирать со стола, подметать, наливать воду в кошкину мисочку.

Шпаргалка для родителей

***Если дети балуются***

Этот тип поведения довольно распространен среди младших дошкольников, особенно среди четырехлетних. Если дети дурачатся слишком часто или в неподходящее время, то может вызвать серьезные проблемы.

***Как предотвратить проблему***

Предоставляйте детям больше возможностей баловаться и даже поощряйте их к этому в специально отведенное время. Если они будут дурачиться именно в это время, скажите им; что они поступают хорошо, потому что никому не мешают, взрослым весело на них смотреть.

Иногда сами предлагайте побаловаться, помогая детям понять, что это вовсе не плохое поведение, если никому мешаешь и не портишь вещи.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Может оказаться так, что ребенок, который слишком много дурачится или строит из себя шута, на самом деле пытается уйти от каких-то серьезных проблем в своей жизни.

Он прячется под «маску», пытаясь избежать непосильного напряжения. Такого же рода поведение может развиться вследствие того, что он видит внимание, восхищение других детей и некоторых взрослых.

Обсудите вместе с другими членами семьи и воспитателями, что может скрывать ребенок за «маской шута», что тается заглушить таким поведением.

Если увидите, что ребенок спокоен и серьезен, используйте эту возможность, чтобы поговорить с ним о том, что его тревожит, беспокоит. Предложите ему нарисовать картину которую не увидит никто, кроме вас двоих.

Если ребенок начинает баловаться в неподходящий момент и вам нужно прервать его фиглярство, твердо обратит нему со словами: «Сейчас очень важно, чтобы ты побыл серьезным. Через 10 минут мы закончим работу, и ты сможешь баловаться, сколько пожелаешь».

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок плохо ест***

Время еды должно быть периодом отдыха и удовольствия для всех. Тем не менее, дети часто именно во время еды втяги­вают нас в конфликты и начинают самоутверждаться самым неподходящим способом.

***Как предотвратить проблему***

Вы являетесь для ребенка главным примером поведения за столом, поэтому должны есть вместе с ним и то же, что и он.

Малышу следует предложить поесть, но ни в коем случае не заставлять есть насильно.

Можно сказать: «Пожалуйста, скушай по маленькой пор­ции каждого блюда, иначе это будет невежливо».

Ребенок должен иметь право отказаться съесть «даже по маленькому кусочку». Если на него не давить, то рано или поздно он начнет есть нормально. Спокойный подход к еде способствует установлению здорового отношения к ней.

Во время еды вовлекайте ребенка в неторопливый разговор.

Почаще что-нибудь готовьте вместе.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если ребенок слишком быстро заглатывает пищу, накла­дывайте еду в тарелку понемногу, но обязательно скажите Малышу, что приготовили еды достаточно и можете дать ему Добавки.

Объясните ребенку, что пищу нужно жевать медленно, чтобы организм мог взять из хорошо прожеванной пищи больше полезных веществ, это помогает человеку расти высоким, красивым и сильным.

Если ребенок ест слишком вяло, накладывайте в тарелку пищу понемногу, постепенно добавляя ее. Объясните ему, что с маленькой порцией справиться гораздо легче. Не заостряйте на этой проблеме слишком много внимания, чтобы не усугубить ситуацию.

Если ребенок слишком привередлив в еде, для начала да­вайте ему новую еду очень маленькими порциями. Не застав­ляйте есть насильно. Постарайтесь задать за столом спокой­ный благожелательный тон, продемонстрируйте свое положи­тельное отношение к конкретной еде.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок кусается***

Чаще всего дети кусаются в возрасте от 12 до 24 месяцев. Причиной «кусачести» может быть прорезывание зубов, воз­буждение, гнев. Иногда ребенку не хватает слов, и, пытаясь завладеть игрушкой, он кусается, считая это хорошим способ бом добиться своего. Чаще всего это происходит как мгновен­ная реакция, импульсивное действие, ребенок слишком мал, чтобы продумать какие-то другие, более приемлемые действия.

***Как предотвратить проблему***

Помогайте детям выражать свои чувства и потребности словами: «Катя говорит: "Дай, дай". Это значит, она хочет поиграть с этой игрушкой». «Катя скажет: «Нет, нет». Это значит, Катя не хочет кушать».

Если вы видите, что ребенок чем-то расстроен, не спеши­те занять его нужными вам делами. Сначала помогите успокоиться — подержите на руках, поговорите с ним, добейтесь улыбки.

Позаботьтесь, чтобы у ребенка было достаточно безопасных предметов для режущихся зубов.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Дети ясельного возраста, как правило, еще слишком малы, чтобы соотносить между собой то, что они кого-то укусили, и то, что взрослый сердится. Поэтому в такого рода ситуациях наказание, как правило, мало помогает. Лучше утешьте того, кого укусили, и достаточно резко скажите «кусаке»: «Это же больно!». Ваше лицо должно быть строгим, чтобы ребенок ви­дел, что вы его не одобряете. Будьте лаконичнее, чтобы «куса­ка» не получил от вас слишком много внимания.

Внимательно понаблюдайте и попробуйте выяснить, в чем причина «кусачести». Если удастся, попробуйте поймать тот момент, когда малыш еще только вознамерится укусить. Остановите его и скажите: «Нельзя! Будет больно!».

Если ребенок готов кусаться от отчаянья — у него отня­ли игрушку, остановите его и помогите «озвучить» нужду: «Скажи ему: "Дай"».

Если ребенок кусается в какое-то определенное время (перед сном или обедом) — подумайте, что можно изменить в режиме. Например, перед обедом дайте ему кусок морковки, кочерыжки.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок сосет палец***

Для детей меньше четырех лет это не является тревожным симптомом, на него просто не нужно обращать слишком мно­го внимания. Для более старших это считается проблемой, так как значительно увеличивается риск зубных аномалий. Если ребенок, который сосет палец, страдает еще какими-то эмо­циональными расстройствами, оставьте в покое палец и зай­митесь, в первую очередь, психологическими проблемами.

***Как предотвратить проблему***

По возможности оберегайте ребенка от стрессовых состояний, вызывающих потребность в успокоении.

Если ребенок подвергся стрессу, выражайте максимум внимания его переживаниям и чувствам, помогите сформулировать словами то, что он чувствует, переживает, что его пугает, беспокоит.

Предоставьте больше возможности для творчества — рисования, лепки, игры.

Предложите нарисовать то, что его беспокоит.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Все привычки, которые действуют на ребенка успокоительно, искоренить очень трудно. Важно иметь терпение и быть спокойным и последовательным.

Когда ребенок начнет сосать палец, займите его чем-то другим, таким же «успокоительным» — предложите взять в руки большую мягкую игрушку, полежать на подушке, полистать книжку.

Когда вы видите, что ребенку некоторое время удается несосать палец, тихонько скажите ему: «Ты можешь по-настоя­щему гордиться собой за то, что в состоянии так долго держать палец подальше ото рта».

Так как привычки — это чаще всего неосознанные дей­ствия, ребенок может даже не заметить, когда он взял палец в рот. Чтобы не смущать его перед другими детьми замечани­ями, договоритесь о каком-то условном знаке, который вы ему подадите, если увидите у него во рту палец.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок дразнится и ругается***

Эта проблема представляет определенную сложность, потому что, с одной стороны, взрослые не хотят «спускать» использование бранных слов, а с другой стороны, знают, что, если на это обращать слишком много внимания, то дети будут ругаться еще больше.

Не стоит считать, что все плохое дошкольники получают в детском саду. В реальности все без исключения ребята уже когда-то и где-то слышали эти слова раньше, просто сейчас они вошли в тот возраст, когда им интересно испытать их эффект на своем опыте. Как правило, есть два типичных пе­риода, когда дети ругаются: от 2,5 до 3,5 лет и от 4 до 5.

***Как предотвратить проблему***

Поговорите с ребенком о значении слов, которые люди обычно используют для того, чтобы выразить отрицательные эмоции. Например: мне не нравится, я рассердился, мне не­приятно, я злюсь, мне больно и т. д.

Когда ребенок выражает свои чувства приемлемыми сло­вами, похвалите его: «Это просто замечательно, что ты по-че­ловечески объяснил нам, что ты чувствуешь».

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Сначала нужно разобраться, почему малыш говорит бран­ные слова. Это может быть желание привлечь к себе внима­ние взрослого или других детей. Это может быть одним из способов обрести некоторую власть над другими, выводя взрослых из терпения, обижая детей. Это может быть автома­тическая реакция на обиду или злость — ребенок видит, что родители поступают именно так.

Если ребенок ищет внимания и власти — полностью про­игнорируйте его слова. Если другие люди или дети пожалуются вам на это, скажите: «Я слышала и не обратила на это внима­ния. Вы можете сделать так же». Не проявляйте никакого вол­нения или гнева, так как ребенок именно этого и добивается. Несколько минут спустя спокойно поговорите с ним о недо­пустимости использования таких слов.

Если ребенок произносит бранные слова автоматически или в подражание взрослым, вмешайтесь мгновенно, но очень спокойно. Скажите ему, что эти слова могут обидеть других.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок дерется***

Гораздо более типичным такое поведение является для мальчиков. Вероятно, это объясняется целым комплексом причин — мужские гормоны, ожидаемые обществом модели поведения, более грубые игры. Девочки чаще выражают свою агрессию словом, выражением презрения, «отлучением» от себя. Прежде чем что-либо предпринимать, убедитесь, что это именно проявление агрессивности, а не просто игра или не­умение объяснить свои желания.

Дети видят модели такого поведения на улице, в популяр­ных телепередачах и переносят некоторые действия в свои игры.

Многие дошкольники еще не в состоянии полностью контролировать сильные чувства и ведут себя импульсивно, не могут осознать все возможные последствия своих действий.

Можно и нужно научить детей действовать по-разному в разных обстоятельствах: там, где нужно, уметь защитить себя, где нужно — уйти от драки.

***Как предотвратить проблему***

Ограничьте время просмотра боевиков и сериалов, если не можете их исключить полностью.

Дайте ребенку возможность естественного конструктив­ного выхода энергии — не запрещайте бегать, вволю кататься на велосипеде и роликах, строить дома из стульев и т. п.

Сделайте дома подобие боксерской груши.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если дети начинают драться или бороться в неподходя­щее время, скажите им: «Сейчас наступило время спокойно играть (собираться на прогулку, готовиться к обеду), а вот после вы сможете побороться, только возьмите матрац».

Договоритесь с ребенком о некоторых правилах борьбы: не ставить подножку, не бить ногами и т. п.

Если ребенок отбирает игрушки и вещи у других, дей­ствуйте методом логических последствий: «Если ты отберешь игрушку у Кости, что может случиться дальше?»

Помогите ребенку осознать свое поведение. Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его по­ведение улучшается: «Видишь, ты можешь без кулаков объяс­нить другим, что хочешь, и дети принимают твои идеи. Навер­ное, сейчас ты гордишься собой».

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок слишком много капризничает и плачет***

Такое поведение, безусловно, беспокоит, а иногда и раз­дражает взрослых или приводит к тому, что ребенка начина­ют дразнить сверстники. Чтобы изменить ситуацию, нужно понять причины такого поведения.

***Как предотвратить проблему***

Убедитесь в том, что ребенок здоров, в том, что никто не пугает его, не обижает исподтишка.

Предлагайте ему больше увлекательных активных прак­тических занятий. Дайте достаточно свободы, чтобы он мог решать и действовать так, как считает нужным.

Снимите чувство незащищенности и неуверенности тем, что из разных концов комнаты говорите с малышом: «Я вижу, как ты рисуешь», «Ты решила прибрать в кукольной комнате?».

Старайтесь максимально удовлетворять потребности ре­бенка: у него должно быть удобное место для отдыха и игр, должны быть в свободном пользовании игрушки.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если капризничает ребенок трех лет и старше, не реагируйте на его слезы, но скажите: «Объясни мне, в чем дело, и я буду знать, как тебе помочь».

Когда вы заметите, что ребенок спокоен, скажите ему; «Как приятно видеть (играть, разговаривать с тобой), когда ты не плачешь».

Как только ребенок начинает говорить «капризным» то­ном, прервите его и скажите: «Говори нормально, чтобы я могла понять, в чем дело».

Объясните ребенку, что он может поплакать, сколько хо­чется, но только в таком месте, где никому не будет мешать.

Внимательно понаблюдайте за ребенком, чтобы убедить­ся, что его поведение не связано с определенным временем дня или определенными людьми. Например, малыш может стано­виться плаксивым перед сном, обедом. В таком случае прояви­те гибкость и немного измените время сна и еды.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок часто устраивает истерики***

Совсем маленькие дети закатывают истерики потому, что им часто не хватает слов, чтобы выразить свои потребности. Неудовлетворенность от непонимания накапливается и выли­вается в слезах и криках. Ребенок дошкольного возраста, ко­торый регулярно закатывает истерики и который не страдает задержками языкового и умственного развития, возможно, находится в стрессовом состоянии. Причин этому может быть множество — слишком высокие или, напротив, слишком низ­кие требования взрослых, пренебрежение к его нуждам или жестокие наказания, раздор в семье, физическое недомогание, связанное с сильными болями, чрезмерная избалованность или нехватка социальных навыков.

***Как предотвратить проблему***

Подумайте, как предоставить детям достаточно возмож­ностей для выхода чувств и эмоций.

Эмоциональных срывов будет меньше, если вы дадите ребенку возможность действовать по собственному плану и разумению (с вашей поддержкой и под присмотром), т. е. не будете подавлять его инициативу и самостоятельность.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Старайтесь не обращать внимания на истерики, только следите, чтобы действия ребенка не угрожали безопасности его и окружающих. Помните, что цель такого поведения — до­биться желаемого или «выпустить пар». В любом случае, если вы обращаете на истерику внимание (неважно, позитивное или негативное), вы способствуете тому, чтобы такие вещи происходили чаще.

Если своей истерикой ребенок приводит в замешатель­ство окружающих, то быстро отведите его в сторону подаль­ше от «зрителей». Спокойно скажите ему: «Бывает так, что человек очень сильно сердится, и это нормально. Но совсем НЕ нормально, когда этот человек начинает мешать осталь­ным. Когда ты почувствуешь, что успокоился, можешь вер­нуться к нам (к детям)».

Попросите, чтобы вместе с вами за малышом понаблю­дали более опытные люди, — возможно, вы, сами того не ведая, делаете нечто такое, что провоцирует ребенка на истерики.

Обсудите возможные причины такого поведения с други­ми членами семьи. Вместе подумайте над тем, как решить эту проблему.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок вынуждает вас делать покупки***

Это вполне распространенное явление. Чаще всего тре­бованием покупок дети пытаются компенсировать недостаток внимания к себе со стороны взрослых. Новая игрушка, шоко­ладка вызывают чувство удовлетворения на некоторое время, но не надолго.

Кроме того, причиной такой требовательности могут быть неустоявшиеся интересы: сегодня это — рисование, завтра — динозавры и т. д.

Особое значение требование покупок может иметь в 4— 5 лет. В этом возрасте дети начинают приобретать друзей, а по­водом для привлечения внимания служит предмет (игрушка, конфета, новое платье).

***Как предотвратить проблему***

Постарайтесь, чтобы ребенок не испытывал дискомфор­та от недостатка проявлений вашей любви и заботы. Вовсе не обязательно делать для этого покупки — шишка из леса «от зайчика», горсть желудей «из белкиного дупла» вызовут не меньше радости, разбудят воображение.

Всегда предупреждайте ребенка о готовящемся походе в магазин за покупками специально для него. Момент выхода в «свет», выбор покупки, участие в расчетах за нее вполне со­образны потребностям ребенка в социальных навыках и при­несут удовлетворенность.

Не лишайте ребенка права участия в обсуждении и пла­нировании расходов семьи.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если требования покупок неправомерны, не сообразны с вашим бюджетом и принимают характер истерик, старай­тесь не обращать на такое поведение внимания, только сле­дите, чтобы действия ребенка не угрожали безопасности его и других.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок слишком много смотрит телевизор***

Чаще всего взрослые не ограничивают время, проводимое детьми у телевизора, не выбирают, какие программы можно смотреть, не следят, какие ценности пропагандирует та или иная передача, не пытаются помочь ребенку осмыслить то, что он смотрит. Тогда дети обычно начинают использовать в своих играх фрагменты, заимствованные из телепередач, и их игры становятся агрессивными, шумными и опасными.

Для девочек такими же агрессивными по своей морали являются сериалы: модель поведения, которую они выносят из сюжета, совершенно не соответствует действительности.

***Как предотвратить проблему***

Посмотрите сами те передачи, которыми увлечены ваши дети, чтобы познакомиться с главными героями и попытать­ся понять, что их делает такими привлекательными для детей.

Замените время просмотра наиболее неподходящих, на ваш взгляд, телепередач прогулкой, совместной игрой, чте­нием.

Побуждайте ребенка рассказывать о том, что он увидел, понял в телепередаче. Задавайте вопросы о том, в каких слу­чаях ему могут пригодиться эти знания.

Шпаргалка *для* родителей

***Если ребенок испытывает страхи***

Страхи возникают потому, что у дошкольников сильно развито воображение, и потому, что как раз в этом возрасте в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно — не видно опасности, а если ее не видно — я не смогу защитить себя». Дети пережива­ют период конфликта с собой, когда они уже хотят быть не­зависимыми и в то же время им еще нужна защита взрос­лого.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные стра­хи из-за того, что у них сильно развито воображение, интел­лект. В их голове возникают самые неимоверные взаимосвя­зи, и в то же время правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

Страх перед чудовищами может представлять собой про­явление повышенной тревожности ребенка.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи — это нормально, если только они не начинают мешать ребенку играть, заводить друзей и быть са­мостоятельным (в разумных пределах).

***Как предотвратить проблему***

Создайте у ребенка ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним.

Относитесь с участием ко всем чувствам малыша, даже если вам не нравится, как он себя ведет: «Я вижу, ты испугал­ся. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».

Разными способами помогайте ребенку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно поговорить о них, нари­совать их, сочинить страшные истории и записать их.

Почитайте книжки, лучше всего традиционные сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть труд­ности и спастись от опасностей.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».

Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится.

Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься тем­ноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок ябедничает***

Это явление обычно возникает как попытка привлечь к себе внимание. Дети часто ябедничают, считая, что могут возвысить свое «Я» за счет представления других детей в дурном свете.

***Как предотвратить проблему***

Как можно чаще проявляйте к своему ребенку заботу и внимание, говорите ему о положительных чертах его харак­тера.

Предлагайте рассказать что-нибудь хорошее о его прияте­лях.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Постарайтесь уделить «ябеде» минимум внимания, но не обрывайте его и не отчитывайте, ведь, недослушав ребенка, вы никогда не поймете, что движет им — желание «настучать» или желание поделиться важной информацией.

Попросите малыша поговорить о поступке, о котором он сейчас рассказывает вам, с ребенком, его совершившим, а не с вами.

Спросите «ябеду», как бы он сам поступил в подобной ситуации.

Похвалите ребенка, когда он просто беседует с вами: «Мне очень приятно говорить с тобой, когда ты не ябедничаешь».

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок часто обманывает***

Все маленькие дети иногда говорят неправду. В большин­стве случаев они делают так потому, что не считают это чем-то недопустимым, или безнравственным. Они убеждены, что нет ничего плохого в том, чтобы соврать, если этим поможешь Другу или избежишь наказания. Никакие лекции, нотации, внушения тут не помогут и поведения не изменят.

Вместо этого взрослые должны перестать ставить детей в такие ситуации, когда они вынуждены лгать, «чтобы спасти свое лицо». В отдельных случаях мы должны просто прощать, относя это на счет поведения, типичного для маленького ре­бенка.

Иногда можно принять за ложь фантазии малыша. К об­ману они никакого отношения не имеют.

***Как предотвратить проблему***

При всякой возможности старайтесь показать ребенку разницу между миром фантазии и реальным миром: «Конеч­но, играть в Бэтмэна интересно, но он ненастоящий, его при­думал писатель, а потом сняли фильм».

Постарайтесь не ставить ребенка в ситуации, когда он будет вынужден оправдываться. Не спрашивайте: «Почему ты так сделал?» — лучше спросите: «Что произошло, когда вы поссорились?».

У ребенка должно развиваться чувство собственного до­стоинства. Это возможно только тогда, когда он будет твердо знать, что его любят и принимают в любых ситуациях.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если ребенок врет вам прямо в глаза, не уличайте его, не ругайте.

Если вы твердо знаете, что ребенок сейчас лжет, скажи­те: «Ты рассказал очень интересную занимательную исто­рию», — давая ему понять, что отличаете ложь от правды.

Никогда не спрашивайте у малыша, правда ли то, что он сейчас рассказывает, потому что это как раз и поставит его в ситуацию обмана.

Упорное вранье — сигнал того, что ребенок сильно неуве­рен в себе: он испытывает потребность «сочинить себя», что­бы быть более значимым для окружающих.

Если обман связан с отрицанием факта совершения по­ступка, скажите: «Мы все иногда поступаем не так, как нуж­но. Ты хороший человек, давай вместе решим, что нужно сде­лать».

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок упрямится***

Причинами такого поведения далеко не всегда являются лич­ные особенности ребенка. Чаще всего это реакция на необоснованные требования взрослых, слишком регламентирующих, лишающих дошкольника инициативы и самостоятельности.

Подумайте, прежде чем предпринимать «ответственные меры». Что значит «упрямиться»? Проанализируйте примеры упрямства. Спросите других членов семьи, воспитателей, как отзывается ребенок на их просьбы и предложения.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если все дело в ваших действиях — начинайте с себя. Пе­ресмотрите ваши собственные требования к послушанию ре­бенка. Выделите ему достаточное пространство для проявле­ния самостоятельности, инициативы.

Измените свой словарь. Исключите выражения, подчер­кивающие негативные стороны действий ребенка: «опять ты упрямишься», «делаешь мне назло» и т. д. Напротив, исполь­зуйте слова, подчеркивающие эффективность действий, ини­циативы малыша: «Ты решил сам надеть ботинки, и у тебя все получилось», — характеризующие его лучшие стороны и достижения: «Я так рада, что ты не забыл положить щетку на место»; «Я любуюсь твоими игрушками — там такой порядок». Кому же не захочется повторять и повторять свои хорошие действия, если мама их видит и так приятно оценивает?

Попробуйте разобраться, чего не любит ребенок и чем совершенно безболезненно для него и вашего родительского авторитета это можно заменить. Например, ребенок категори­чески отказывается от купания в ванне. Нельзя ли заменить это принятием душа? Следует также спросить его самого, что может сделать купание в ванне приятным.

Не пытайтесь «переупрямить» упрямца. Вы можете сдать­ся быстрее, и тогда он и в другой раз найдет, как применить свою власть над вами.

Шпаргалка для родителей

***Если ребенок не желает заниматься «серьезными делами»***

Следует сразу оговориться: у детей и взрослых совершен­но разные представления о том, что серьезно и важно, а что бесполезно и бестолково.

Если, на взгляд взрослых, ребенок не желает учиться — считать, запоминать буквы, сидя на диване под вашим бди­тельным присмотром, оставьте его в покое — это не дошколь­ник не желает заниматься серьезными вещами, это вы предъявляете к нему неправомерные требования.

Посмотрите, как он играет в песке, с куклами, машинка­ми или солдатиками. Спросите, сколько у него кукол, кули­чиков... Называет число? Считает? Вы этого и хотели.

Но вот если ребенок не играет, это уже проблема, кото­рая должна вас серьезно встревожить.

***Как предотвратить проблему***

Не навязывайте ребенку свое представление о том, что и когда он должен делать.

Если вы хотите непременно чему-либо научить его, по­смотрите, во что он играет, включитесь в его деятельность и в процессе игры вместе с ним «научитесь важному делу».

Позволяйте ребенку вдоволь играть с другими детьми: сверстниками, более старшими и младшими. Совместная игра — хорошая школа. Если вы боитесь, что старшие научат дурному, вспомните, что еще никому никого не удавалось изо­лировать от негативных явлений жизни. Важно не то, чтобы ребенок никогда не увидел плохого от других, а то, чтобы он умел противостоять дурному. Это возможно, если вы научили малыша самоуважению.

Позаботьтесь о том, чтобы у ребенка своевременно появи­лись соответствующие его возрасту и интересам игры. Дело не в количестве, а в их развивающем воздействии. Не надейтесь, что ваша задача будет выполнена в момент покупки. Играйте вместе.

Хотите, чтобы ребенок много знал, - подбирайте пра­вильно книги. Для дошкольника, пока еще он сам не научил­ся читать, важен не столько текст, сколько иллюстрации, которые он может осмысливать, проговаривать. Речь идет, конечно, не о комиксах, а о хороших детских энциклопе­диях.

Шпаргалка для родителей

***Маленькая «коробочка»***

Многие взрослые считают склонность ребенка к накопи­тельству вполне достойной чертой — рачительностью, акку­ратностью. Наверное, эти черты имеют право на существова­ние и не должны сами по себе вызывать тревогу, если только собирание и сохранение предметов не мешает ребенку играть, заводить друзей, не принимает болезненного характера.

Иногда, как правило, это бывает в возрасте 4—5 лет, дети начинают собирать коллекции. Это могут быть камешки или винтики, наклейки или машинки. Смысл коллекционирова­ния не в ценности собираемых предметов, а в том, что они объединены некой общей чертой. Это первая самостоятельно приобретенная собственность ребенка.

***Как предотвратить проблему***

Если вы заметили признаки накопительства, обратите внимание, что именно начинает собирать ребенок. Поговорите с ним о том, что он думает об этих предметах, чем они ему нравятся. Помогите рассортировать их, подобрать место для хранения. Предлагайте время от времени разобрать, убрать лишние. (Не выбросить, а, возможно, отделить.)

Собственность требует уважения, признания прав соб­ственника.

Какой бы ценной ни была коллекция (модели машинок, например), не отбирайте у ребенка права управлять собствен­ностью. Не удивляйтесь исчезновению отдельных экземпляров — дети часто используют эти предметы для приобретения друзей. Если у ребенка возникает желание подарить, поме­няться — не препятствуйте.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Не сердитесь на заполненные «закрома», не говорите ре­бенку, что это мусор, что все следует выбросить. Не оскорб­ляйте его чувств грубыми словами.

Покажите, что у вас тоже есть «маленькие накопления» — разные мелочи, которые вы с удовольствием дарите друзьям, используете для творчества.

Предложите ребенку поменяться с вами какими-либо предметами, возможно, на некоторое время, так, чтобы ис­чезло чувство особой привязанности, зависимости от пред­метов.

Шпаргалка для родителей

***Злость и жестокость***

Видеть в детях злость и жестокость всегда очень тревож­но и неприятно. Мы задумываемся, не вырастут ли из них та­кие взрослые, которые идут на преступления, не обращая вни­мания на боль и страдания других людей.

Дети, которые часто проявляют злость и жестокость, мо­гут делать это из-за того, что чувствуют себя незащищенны­ми, нелюбимыми или слишком часто видят образцы такого поведения вокруг себя.

***Как предотвратить проблему***

Следует проявлять к ребенку эмпатию, не рассматривая его как проблему. Нужно дать понять малышу, что он хоро­ший, достойный любви человек, но некоторые его поступки вы не одобряете.

Признайте гнев, ярость ребенка приемлемыми чувствами, но покажите другие способы их выражения: «Я знаю, что ты был зол. Это нормальное человеческое чувство. Если тебе не нравится то, что делает ..., скажи об этом словами или выбе­ри для игры кого-нибудь другого». «Я понимаю, что ты не любишь пауков. Я тоже их не люблю и даже боюсь, но уби­вать их нельзя, лучше отойти в сторону, пусть скорее убегают к своим деткам».

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Вмешивайтесь каждый раз, когда видите проявления же­стокости, и заставьте ребенка в полной мере осознавать, к каким результатам привело его поведение. «Когда ты выгнал Андрея из игры, он очень обиделся, ему было больно от та­кой несправедливости».

Поймите, что ребенок, который проявляет жестокость, пытается «поднять» себя за счет того, что обижает других. Помогите ему увидеть в себе хорошее, никак не зависящее от сравнения с другими: «Каждый человек очень важен. Вот ты так любишь и умеешь рисовать, что все дети с удовольствием просят тебя помочь».

Не скупитесь на ласку, когда ребенок проявит хорошие чувства по отношению к другим: «Ты помог Коле, ты хороший друг».

Помогите другим детям, по отношению к которым про­является жестокость и насилие, постоять за себя: «Я буду играть с тем, с кем хочу», «Никто не имеет права делать мне больно».

Шпаргалка для родителей

***Дети с повышенным чувством ответственности***

Этих детей легко «проглядеть», потому что их проблема не проявляется в каких-либо нарушениях дисциплины или плохом поведении. Это дети, которые принимают все нужды окружающих слишком близко к сердцу, гораздо ближе, чем это было бы естественно в их возрасте. Ребенок просто бросается выполнять любое дело «для» и часто «за» другого ребенка или взрослого. На первый взгляд, такое поведение кажется поло­жительным и полным альтруизма, но только если это не про­исходит слишком часто и навязчиво, когда другие не хотят, чтобы им кто-то помогал, и если сам «опекун» не забывает о своих делах и нуждах и у него не возникают серьезные про­блемы.

***Как предотвратить проблему***

Помогите ответственному ребенку получить позитивную самооценку, основанную на проявлениях творчества: «Что из сделанного за сегодняшний день заставляет тебя гордиться собой?»

Следите, чтобы дети менялись ролями в играх: «Ты уже была мамой, теперь мамой будет Ира».

Объясните детям, как они могут помочь другим, ничего не делая за них: «Помоги найти ботинок, но не надевай ему на ногу»; «Положи одну часть головоломки, но не составляй ее всю».

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Непременно вмешивайтесь, если увидите примеры про­дления гиперответственности. Скажите ребенку, что вы очень цените его помощь, но сейчас ему надо заниматься своими делами.

Объясните малышу, что вам нравятся его рисунки и вы будете рады увидеть его новую работу (рисунок, поделку).

Помогите ребенку, который стал объектом опеки, научите его отстаивать свою независимость: «Спасибо, я справлюсь сам», «Давай мы обе будем мамами/врачами, а куклы будут нашими дочками/пациентами».

Поговорите с ребенком тогда, когда он спокоен и вас никто не слышит. Объясните ему, что вы его любите, цените. Выбирайте слова, характеризующие другие его положительные качества (не постоянную готовность прийти на помощь).

Шпаргалка для родителей

***Активные дети***

Активность частенько раздражает взрослых, которым хо­чется, чтобы все вокруг было «чинным и благонравным». В то же время, для ребенка движение — это и признак, и средство развития и роста, т. е. естественная потребность.

В большинстве своем дети хотят справиться со своими про­блемами, потому что видят реакцию взрослых, недовольных их поведением. Но по-настоящему сделать это можно, только поняв, действительно ли это проблема, а не естественная по­требность ребенка в движении, а также выяснив причины.

***Как предотвратить проблему***

Важно помочь перевозбужденным детям почувствовать себя уверенно, научить самоконтролю и самоуважению.

Информируйте ребенка заранее о предстоящих делах: «Сейчас мы оденемся и пойдем гулять. Примерно через час вернемся и будем обедать. Надевай сапожки, куртку и пой­дем».

По возможности, придерживайтесь режима дня — сон, еда, прогулка в одно и то жевремя.

Научитесь видеть положительные стороны в активности ребенка: он быстро включается в действие, быстро выполня­ет работу.

Не предлагайте малышу занятий, требующих слишком долгого сидения на одном месте, в конце концов, рисовать можно и стоя, и лежа.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Слишком энергичному ребенку нужно давать время и возможность выплеснуть свою энергию так, чтобы это не принесло вреда ни ему, ни окружающим: кувыркаться на матраце, пролезать под стульями, сжимать в руке мячик или силомер.

Чтобы помочь активному ребенку сосредоточиться, возьмите его на колени или придерживайте его рукой за плечи.

Как можно чаще, когда малыш спокоен, давайте ему знать, что его сверхактивное поведение улучшается: «Видишь, ты уже смог надолго сосредоточиться. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

Поручайте ему дела, в которых нужно проявление актив­ности, — собрать всех к столу, принести необходимый пред­мет.

Шпаргалка для родителей

***Рассеянные дети***

Дети, как правило, хотят избавиться от своих недостатков, потому что видят негативное отношение к ним взрослых. Но по-настоящему справиться с проблемой можно, только выяс­нив ее причины. Возможно, у ребенка нарушен слух, и он просто не слышит ваше задание, или он плохо видит и не может различить на расстоянии то, о чем вы спрашиваете. В конце концов, ребенок может задуматься, мечтать или фан­тазировать.

***Как предотвратить проблему***

Проверьте у педиатра слух и зрение ребенка.

Попросите ребенка рассказать или нарисовать то, о чем он так долго раздумывал (возможно, у него богатый внутрен­ний мир, тогда это совершенно другая сторона дела).

Постарайтесь, чтобы детская комната не выглядела слиш­ком отвлекающе, чтобы у малыша не было слишком много игрушек.

Терпеливо повторяйте задание несколько раз, постепен­но увеличивая объем информации, который вы даете. Напри­мер, сначала: «Спроси у бабушки, где коробка с нитками». Затем: «Спроси у бабушки, где коробка с нитками, найди ее и принеси мне черные нитки».

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Чаще занимайтесь с ребенком один на один, так ему лег­че будет сосредоточиться.

Для того, чтобы ребенка ничто не отвлекало, когда он работает за столом, ставьте на стол невысокую картонную ширму.

Как можно чаще, когда ребенок спокоен, давайте ему знать, что его рассеянное поведение улучшается: «Видишь, ты уже смог так надолго сосредоточиться, что собрал всю голо­воломку. Наверное, сейчас ты гордишься собой».

Не перегружайте ребенка заданиями, требующими макси­мального сосредоточения, чтобы не получить обратного эф­фекта — чувства сопротивления, скуки, отторжения.

Обучайте необходимым навыкам в тот момент и на том содержании, когда ребенок заинтересован. Например, когда малыш купается в ванной, посчитайте вместе с ним, сколько там флакончиков, какой из них самый высокий, в какой по­местится больше воды и т. п.

Шпаргалка для родителей

***Стеснительные и замкнутые***

Эта черта характера может сохраняться у человека всю жизнь, и люди часто говорят о ней с болью и горечью. Одна из причин этого явления — низкая самооценка. Ребенку ка­жется, что над ним будут смеяться, что его не примут другие, что он хуже всех.

***Как предотвратить проблему***

Сделайте так, чтобы ребенок чувствовал себя любимым, желанным, уважаемым.

Бережно относитесь к идеям и высказываниям малыша, даже если это просто робкие попытки как-то подать голос.

Как можно чаще называйте ребенку его положительные, сильные черты с тем, чтобы у него формировался положитель­ный образ себя.

Поддерживайте и поощряйте инициативы ребенка, стрем­ление сделать, решить что-то самостоятельно.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если ребенок проявляет стеснительность в разумных пре­делах, отнеситесь к этому просто как к индивидуальной осо­бенности. Вмешиваться стоит только тогда, когда вы видите, что стеснительность приводит к серьезным проблемам: мешает заводить друзей, включаться в игры и занятия.

Не «давите» на ребенка, не подчеркивайте его особен­ность, уважайте его потребность быть немного в стороне, но предлагайте такие задания, которые требовали бы включения в деятельность других детей.

Начните играть или выполнять какое-то задание вместе с ребенком. Через некоторое время предложите другим детям присоединиться к вам. Когда они разыграются, тихо удалитесь.

Обязательно научите ребенка нужным словам — как пред­ложить сверстнику играть вместе.

Каждый раз, когда стеснительный ребенок будет играть вместе с другими, отметьте это: «Как приятно видеть, что ты играешь вместе со всеми».

Ограничьте время, которое ребенок может проводить в уединении, скажите, что другим тоже хочется посидеть в оди­ночестве.

Не ждите скорых перемен.

Шпаргалка для родителей

***Одаренный ребенок***

Около пяти процентов детей рождаются одаренными или талантливыми, это не зависит от доходов семьи, возраста ро­дителей, национальности. Если не создать специальных усло­вий для такого ребенка, то, не реализуясь, способности могут найти выход в плохом поведении.

Одаренный ребенок обладает одним или несколькими качествами:

— хорошей памятью, особенно долговременной;

— большим словарным запасом;

— может сосредоточиться на долгое время;

— легко усваивает информацию;

— очень наблюдателен и любознателен;

— проявляет устойчивый интерес к широкому кругу воп­росов;

— рано проявляет способность сопереживать другим;

— любит книги;

— проявляет большую энергичность;

— часто стремится в своих делах достичь совершенства;

— предпочитает играть с детьми более старшего воз­раста;

*—* настойчив;

— у него развито чувство юмора;

— использует привычные предметы нетрадиционным способом;

— проявляет задатки лидера и владеет социальными на­выками.

***Как удовлетворить потребности одаренных детей***

Предоставляйте ребенку как можно больше возможнос­тей самостоятельно принимать решения, организовывать свою деятельность.

В открытом доступе у него всегда должны быть самые разнообразные материалы.

Если, руководствуясь своим интересом, ребенок чем-то увлеченно занимается, не останавливайте его, дайте ему воз­можность выполнить собственный план.

Продвигайте его успехи, предлагая новые материалы, книги.

Получив ответ на какой-либо вопрос, просите объяснить, как ребенок пришел к такому выводу, решению.

***Если ребенок начинает плохо себя вести***

Он может начать дурачиться, если ему становится скуч­но. В таком случае предложите ему выполнить более сложные задания.

Изобретает действия, полностью противоречащие обще­принятым — дайте ему возможность действовать так, как он хочет, если это не угрожает безопасности его и других.

Злится, если его прерывают — выделяйте больше време­ни для самостоятельной работы.

Ненавидит получать указания — дайте возможность само­стоятельно распоряжаться своим временем и решать, как и когда делать те или иные дела.