

Шпаргалка для родителей О СЕКРЕТАХ ВОСПИТАНИЯ

По тропе родительской любви

Я буду очень Вам благодарен, если Вы позволите мне быть самим собой и не будете меня сравнивать ни с кем. Верьте в сильные стороны моей личности, и я справлюсь со всеми проблемами и недостатками.

Любите меня в любых обстоятельствах, т.к. любовь, ласка, нежные прикосновения, добрый взгляд помогут мне в выборе правильного жизненного пути.

Со мной всегда можно договориться.

Помогайте мне выражать свои чувства словами, понимать настроение других. Общаясь со сверстниками и взрослыми, я приобретаю опыт и учусь учитывать чужую точку зрения.

Адаптация

Всё новое для меня требует подготовки. Привыкать надо постепенно, иначе я от напряжения могу плакать, плохо есть, плохо спать, ругаться, обижаться. Труднее всего - из родной семьи попасть в садик. Ведь там много людей, до меня дотрагиваются и разговаривают со мной чужие люди, а если я привык только с родными общаться, то я чужим не очень доверяю. Выполнять правила, делать всё вместе – тяжёлый труд. По этой причине дайте мне дома выбегаться, выкричаться, нагуляться, поплавать, сделайте мне массаж, посадите меня на коленки и поговорите со мной. Перед сном занимайтесь со мной спокойными играми, рисуйте, лепите, включайте спокойную музыку.

Агрессия

Если я вижу в семье или на экране агрессию, то сам становлюсь таким. Мне трудно защитить себя от давления окружающих.

Агрессия у меня появляется, когда я не уверен в себе, испытываю дискомфорт, когда не знаю, как по-другому выразить отрицательные эмоции.

Когда на меня не обращают внимания, а я в нём нуждаюсь, то агрессией я это внимание к себе привлеку. Агрессия - это нормальная реакция при угрозе, но если я постоянно спорю, ссорюсь, не выполняю просьбы взрослых, люблю, когда окружающие раздражены, не признаю своих ошибок и сваливаю всё на других, злопамятный и раздражённый, то мне нужна психологическая помощь!!!

Беру чужие вещи

Я ещё не достаточно взрослый, чтобы справиться со своими желаниями. До 4 лет вообще, что в руки мои попало, то и моё. Поэтому не обвиняйте меня в воровстве.

В 5 я могу взять чужую вещь и сказать, что моя, если мне не объяснили разницу между «чужим» и «моим». Чтобы справиться с искушением и исправить ситуацию, мне нужна поддержка взрослого и наставления.

Возбудимый невнимательный ребёнок

Нарисуйте со мной или напишите, если я уже научусь читать, правила поведения и разместите на видном месте. Мне важно знать, чего от меня ждут. Не уставайте мне повторять одно и то же несколько раз.

Поддерживайте со мной контакт глазами, если хотите, чтобы я вас услышал.

Держите моё поведение под контролем, я сам не всегда с собой справляюсь. Мне нужен чёткий распорядок дня и главное, чтобы я его видел постоянно, например, на двери моей комнаты. Если что-то в моей жизни меняется, то предупреждайте об этом и напоминайте. Если я перевозбуждён, значит, мне нужна передышка: посидеть одному, успокоиться.

Меня пугают длинные задания, мне кажется, что я их не смогу выполнить, поэтому разбивайте их на более мелкие, и я тогда со всем справлюсь.

Мне надоедает однообразие, я люблю шутить, играть. Однако, я быстро «перекипаю», как чайник на плите. Вам придётся научиться вовремя «тушить огонь».

Мне важна похвала, она поддерживает меня и поднимает самооценку. Ведь в моей жизни много неудач. Я рассеян, и чтобы что-либо запомнить, мне нужны разные трюки (намёки, рифмы, коды, рисунки и т.п.).

Для сохранения внимания мне нужны эмоции и яркие впечатления. Моё поведение импульсивно, и я не всегда понимаю, что сделал что-то не так. Поэтому обращайтесь моё внимание на действия, которые я совершил необдуманно. Например: «Ты знаешь, что ты сделал только что?», «А как можно было сказать по-другому?».

Зарядка, плавание, бег мне помогают выплеснуть энергию и сконцентрировать внимание.

Воспитание человека

Мне хочется, чтобы обо мне говорили, что я воспитанный ребёнок. Поэтому постарайтесь давать мне больше самостоятельности в решении различных задач. Мне нужна Ваша мудрая поддержка, когда я чему-то учусь. Не делайте за меня то, что с небольшим трудом я могу сделать сам. Мне

нравятся фразы: «Трудно было сдержаться, но ты молодец, старался»; «Молодец, внимательно слушала и хорошо, аккуратно сделала»; «Ты сегодня постарался, и у тебя получилось. В следующий раз получится ещё лучше»...

Главное мне понимать, чего хочу, что я могу и что делаю. Пока я расту, буду учиться самоконтролю и планированию (с чего начать, как делать, что делать потом, что получится).

Запреты, ограничения, наказание

Мне важно, чтобы был Ваш контроль и чётко обозначенные границы дозволенного, запреты должны быть, чтобы я был социально компетентным.

Если я заслужу наказание, то главное, чтобы оно было справедливым и соответствовало моему возрасту. Я пойму, если меня ругают сразу после поступка и показывают или рассказывают, как надо было сделать. Ведь я хочу намного больше, чем знаю, мне нужен Ваш опыт. Я ведь ребёнок, и мне трудно Вас понять, я никогда не был взрослым. А взрослые были детьми. Вспомните об этом, и Вам легче будет меня воспитывать.

Объясняйте мне суть запретов и ограничений. Знайте, если Вы мне сказали о правилах, то я буду следить за тем, чтобы и Вы их тоже выполняли. По Вашему поведению я сужу о Вас и о правильности законов в мире, окружающем меня.

Самостоятельность

Пока я расту, я осваиваю мир и хочу быть самостоятельным. Сначала сам хочу одеваться, помогать маме убирать в квартире, мыть посуду. Потом сам хочу решать, какую еду есть, сам закрывать и открывать дверь, потом хочу сам покупать еду и игрушки.

Но часто родители ждут, что я самостоятельно буду складывать игрушки, убирать постель, не забывать мыть руки. А я про это могу забыть, поэтому терпеливо напоминайте об этом спокойным тоном. Мне не хватает настойчивости, я могу взяться за одно, а потом быстро перейти на другое. У меня еще мало воли и я импульсивен.

Давайте мне право решать самому небольшие проблемы и брать на себя ответственность за последствия (не положил варежки на батарею - пошёл в мокрых).

Мне очень нравится, когда я со взрослыми договариваюсь и планирую нужные дела. Режим дня тоже поддерживает мою самостоятельность. Ведь с малых лет я уже знаю, что меня ждёт в течение дня.

Тревожность

Жизнь полна различных ситуаций. Чтобы я был в себе уверен, мне важно помнить, что рядом со мной понимающие взрослые, готовые помочь и словом,

и делом. Главное - почувствуйте моим переживаниям, признайте моё право на переживания. Учите меня видеть положительные стороны событий. Ваш пример преодоления разных неприятностей поможет мне быть смелее.

Моя нервная система ещё недостаточно сильная, и к новым условиям или обстоятельствам я не сразу могу привыкнуть. Наблюдайте за моим поведением и постепенно учите новому. Лучше всего заранее обсуждать намечающиеся перемены. Рассказывайте, как вы в детстве справлялись с проблемами.

Ставьте передо мной конкретные цели и учите их достигать.

Я буду многое постигать (и не всегда успешно), поэтому сравнивайте мои результаты с предыдущими, а не с чужими.

Будьте оптимистами, оптимизм защитит меня от тревожности.

Кризисы возрастные

Жизнь полна противоречий: то я хочу, но не могу, то могу, но не хочу.

В год я могу стать угрюмым, плаксивым, обидчивым. Главное для меня - чувство безопасности и стабильности, и знать, что мир вокруг благожелателен.

Мне приятно слышать слова:

- «Я не оставляю тебя, что бы ни случилось»
- «Мне нравится удовлетворять твои потребности»
- «Я уделю тебе столько времени, сколько нужно, чтобы удовлетворить твои потребности»
- «Я так рада, что ты мальчик/девочка»
- «Во всём мире нет никого, похожего на тебя».

В 2,5 -3 года я кричу, дерусь, падаю на пол, настаиваю на своём, сопротивляюсь воле взрослого и считаю, что всё должно быть по-моему. Наберитесь терпения объяснять мне сущности запретов и требований.

Мне приятно слышать:

- «Сделаю твоё исследование мира безопасным»
- «Я люблю тебя именно таким, какой ты есть»
- «Тебе не надо брать на себя мои заботы. Я здесь, чтобы позаботиться о том, что тебе нужно»
- «Правильно и хорошо говорить «нет», я рад, что ты хочешь быть самой собой»
- «Мы с тобой в полном порядке, когда сердимся. Мы решим наши проблемы»
- «С тобой всё в порядке, когда ты чувствуешь испуг, делаешь всё по-своему»
- «Ты в полном порядке, если огорчаешься, что вещи не слушаются тебя»
- «Я не оставляю тебя ни за что на свете»
- «Я люблю смотреть, как ты учишься ходить и говорить»
- «Я люблю наблюдать, как ты становишься отдельным от других и начинаешь взрослеть».

6,5 - 7 лет. Скоро в школу, и у меня очередной кризис. Мне хочется привлечь к себе внимание. И хочу диктовать свои правила, чтобы меня уважали и с моим мнением считались.

Мне необходимо слышать:

- «Я люблю наблюдать за тем, как ты растёшь»
- «Я буду рядом с тобой, чтобы проверять твои границы и определять твои пределы»
- «Хорошо, что ты думаешь о себе. Ты можешь думать о своих чувствах и переживать по поводу своих мыслей»
- «Я люблю твою жизненную силу»
- «Мне нравится твоё любопытство»
- «Замечательно находить различия между мальчиками и девочками»
- «Ты можешь просить о том, что ты хочешь»
- «Ты можешь задавать вопросы, если тебе что-то непонятно, если что-то смущает тебя».

Капризы

С 1,6 до 4 лет период капризов, больше всего их в 2,5-3 года. Мальчишки упрямей девочек, а девочки чаще упрямятся. А если я понимаю, что капризы мне дают возможность настоять на своём, то они будут появляться часто.

Во время приступа дайте мне почувствовать, что меня понимаете. Не придавайте большого значения капризам. Примите это как данность. Когда у меня накал эмоций, я ничего не понимаю и не слышу. Просто возьмите меня на руки и уведите. Каприз требует зрителей, поэтому лучше меня отвлеките.

Расставание

Чтобы показать, что меня что-то беспокоит, я плачу. Особенно, когда расстаюсь с любимыми. Чтобы мне это легче было пережить, расскажите, куда и зачем Вы идёте. Собираясь, не спешите, чтобы успеть попрощаться. Расскажите, с кем я останусь, что буду делать. Если всегда при расставании Вы мне машете или целуете, то этот ритуал я буду всегда ждать и понимать, что всё, как всегда, и всё будет хорошо. А когда вернулись, то похвалите меня за терпение и расскажите о том, что Вы многое успели сделать, когда уходили.