

Детская агрессия. Причины. Коррекция.

Агрессия присуща каждому человеку, поскольку представляет собой инстинктивную форму поведения. Главной ее целью является выживание и защита. С возрастом человек научается переводить агрессивные порывы в социально приемлемые формы реагирования, иначе говоря, происходит социализация.

Индивидуумы, которые контролировать агрессивные импульсы не научились, испытывают трудности при взаимодействии с людьми. Тем не менее, важно помнить, что взрослым нельзя подавлять в детях агрессию, так как она является естественным и необходимым для человека чувством. Силовое подавление или полный запрет агрессивных проявлений может трансформироваться в психосоматическое расстройство или привести к аутоагрессии (нанесению вреда самому себе).

Родители должны научить своего ребенка контролировать агрессию; защищать свои интересы социально приемлемым способом, который не идет в ущерб интересам других людей и без нанесения им физического и морального вреда.

Выделяются три базовых источника деструктивного поведения:

- отстаивание своей территории, личности, обретение самостоятельности и независимости;
- столкновение ребенка с запретами на удовлетворение некоторых потребностей, невыполнением его желаний;
- чувства недоверия и страха угрожающие его безопасности.

Травмирующее влияние на детскую психику оказывают ссоры между близкими взрослыми. Когда мама и папа постоянно ссорятся, у детей возникает ощущение надвигающейся катастрофы. Невзирая на то, что зачастую в семьях стремятся избегать громких скандалов, и ссорятся в его отсутствие, ребенок ощущает напряженную атмосферу, что неудивительно, поскольку окружающие взрослые составляют его мир, неделимый и единый, который должен оставаться незыблемым. Конфликтная ситуация воспринимается им как угроза его благополучию.

В некоторых ситуациях взрослые вынуждены запрещать ребенку определенным образом вести себя или не всегда удовлетворяют его желания, что также может порождать агрессию. Здесь необходимо учитывать два момента.

- необходимо научиться грамотно применять наказания и устанавливать запреты;
- помнить, что базовой потребностью ребенка является необходимость ощущать, что его ценят и любят.

Если ребенок начинает в этом сомневаться, то он стремится подкрепить появившееся чувство ненужности. Постоянные требования детей приобрести им что-нибудь зачастую является с их стороны чистой провокацией. Отказ в желаемом трактуется в пользу ненужности и нелюбви со стороны близких взрослых.

Однако не решает проблему и беспрекословное выполнение прихотей избалованного чада, поскольку сомнения возникают вновь и вновь. Дабы не допустить подобного искаженного восприятия действительности, необходимо искренне говорить детям о том, что они важны, ценны и любимы Вами.

Камнем преткновения в отношениях может стать и установление личных границ. Родившийся ребенок полностью зависим от родителей, но его основной задачей является обретение независимости и самостоятельности. Зачастую этот процесс протекает для обеих сторон очень болезненно и может иметь негативные последствия. Родителям очень важно понять, что дети - не их личная собственность, и им не принадлежат. Они призваны стать равноценным и равноправным человеческим существом.

Поговорим о том, как вести себя родителям для предотвращения нежелательного поведения.

1. Если родителя не желают, чтобы их дети росли забияками и драчунами, они должны контролировать свои собственные агрессивные импульсы. Необходимо помнить, что ребенок учится правилам социального взаимодействия, наблюдая за поведением людей которые его окружают.
2. Необходимо проявление любви к ребенку со стороны близких взрослых в любой ситуации. Допускать высказываний: "если ты так себя поведешь ..., то я (мы) тебя любить не будем!" запрещено. Нельзя обзывать ребенка, оскорблять его. Не нужно откупаться от своего ребенка дорогими подарками, игрушками и т.п. Гораздо нужнее и важнее для него Ваше внимание.
3. Нельзя запрещать проявление агрессии, поскольку подавленные агрессивные импульсы способны нанести его здоровью серьезный вред. Научите ребенка выражать враждебные эмоции социально приемлемым способом: в рисунке или словом, при помощи игрушек, безобидных для окружающих действий, в спорте.
4. Уважайте в Вашем ребенке личность, принимайте во внимание его мнение. Предоставляйте ему достаточную независимость. Однако дайте ему понять, что если он попросит, Вы будете рады оказать помощь.
5. Если ребенок кричит, злится, капризничает - прижмите к себе, обнимите. Такие объятия выполняют сразу несколько важных функций: ребенок видит, что вы спокойно можете выдержать проявления его агрессии, и он не потеряет Вашу любовь; усваивает сдерживающую порывы способность и переводит ее во внутреннюю, учась контролировать злость.
6. Покажите конечную неэффективность такого поведения. Объясните, что даже если он и достигнет некоей выгоды себя, то впоследствии рискует стать изгоем, поскольку дети не захотят с ним играть. Такая перспектива его не прельстит. Расскажите также о негативных последствиях его несдержанного поведения, о возвращении зла, неотвратимости наказания.
7. Хвалите за старательность. Закрепляйте должное поведение детей. Не стоит говорить: "Хорошая девочка" или "Хороший мальчик". Очень часто дети не обращают на внимания на подобные фразы. Лучше произнести: "Ты доставил мне очень большое удовольствие, когда ... вместо того чтобы ругаться, драться. Я вижу, что могу тебе доверять ". Подобная похвала имеет для детей большее значение.
8. Необходимо устанавливать правила поведения в той форме, что доступна для ребенка. К примеру, "мы ни кого не кусаем, и нас не кусают ". Или: "В нашем доме действует правило: если хочешь машинку, а другой ребенок не отдает ее потому, что играет ею, подожди".
9. Беседовать о поступке ребенка необходимо без свидетелей (детей, родственников, класса). В беседе использовать как можно меньше эмоциональных слов (как тебе не стыдно, бессовестный и др.).
10. Предоставьте ребенку возможность получать эмоциональную разрядку. Для снятия стресса заведите специальную "сердитую подушку", которую можно поколотить в приступе раздражения. Постарайтесь исключить ситуации, которые способны спровоцировать его негативное поведение.

Помните: если уметь ею управлять, агрессия является не только источником деструктивного поведения, но источником энергии, которую можно направить на конструктивные цели. Ваша задача - научить ребенка ее контролировать и применять в мирных целях.

Как подготовить ребенка к школе?

Подготовка ребенка к школе это очень тяжелая и ответственная работа, к выполнению которой следует подойти очень серьезно каждому родителю, а особенно родителям первоклассников. Во время подготовки взрослым придется решить немало вопросов и много чему научить своего ребенка.

Познакомьте ребенка с правилами коллектива!

Если вы хотите чтобы ваш ребенок быстро освоился на новом месте, обзавелся большим количеством друзей и не нажил себе с первых дней врагов, постарайтесь привить ему чувство коллективизма. Особенно этому следует много времени уделить родителям ребенка, который не ходил в детский сад, не посещал групповые кружки и пр. следует объяснить малышу, что нельзя драться, нельзя жаловаться и ябедничать, что плохо брать без разрешения чужие вещи, нужно помогать своим друзьям и помогать младшим и тем, кто слабее. Лучше всего такого рода подготовку вести в игровой манере. Хорошо бы записаться хотя бы на несколько месяцев на кружок с коллективными занятиями или просто посещать игровые центры, где дети знакомятся и играют друг с другом в разные игры. Наблюдая за ребенком, и как он сходится с иными детьми, вы поймете, сумели ли вы ему привить дух коллективизма или нужно еще над этим потрудиться.

Приучите ребенка к «школьному» режиму!

Довольно часто родителям, которые не подумали о своевременной смене режима дня, с первого школьного дня приходится нелегко: ребенок отказывается вставать рано утром, он чувствует себя уставшим и разбитым к середине дня. Если вы не желаете подобных проблем, оказывающих негативное влияние на вашу и детскую нервную систему, задолго до школы начинайте приучаться ложиться спать в 9 часов вечера, чтобы было легко встать в 7 часов утра. Так же следует сразу же приучить ребенка после сна и утренних процедур (зарядка, умывание, чистка зубов). После завтрака следует провести занятия с ребенком, пусть это будет не полноценный школьный урок, а легкая непродолжительная нагрузка, но ребенок уже начнет понимать, как устроен будний день настоящего школьника.

Главное правильный настрой!

Главная ошибка, которую совершают родители, перед тем как отправить ребенка в первый класс – рассказывают ему как в школе интересно и увлекательно. Каждый ребенок – особая личность, со своими понятиями «интересно», и если ему так не покажется, он может полностью потерять интерес к обучению и исправить подобную ситуацию будет довольно проблематично. Рассказывайте о школе правду, вспомните свои школьные годы. Объясните, для чего нужны школы, почему важно хорошо учиться. Если вы все сделаете правильно, то у ребенка возникнет желание учиться и учиться хорошо.

Познакомьте ребенка с его будущей школой и первым учителем!

Если вы уже знаете свою школу и знаете уже свою первую учительницу, пора познакомить и вашего ребенка с ними. Отправьтесь вместе в школу, походите по ее коридорам, расскажите ребенку, что и где в этой школе находится. Напоследок познакомьте малыша с человеком, который будет его обучать в первые несколько лет. Обратите внимание на поведение ребенка, если ему не понравится учитель, следует отнестись к этому серьезно, сменить класс или даже школу.

Проверка у врача

За месяц до начала учебы в обязательном порядке следует отправиться к врачу, сделать все необходимые анализы и обследования. Бывают случаи, когда после таких процедур врачи рекомендуют отказаться от начала обучения в текущем году. Отнеситесь к этому ответственно, лучше в текущий год подлечитесь дома. Помните шутить со здоровьем нельзя особенно с детским.

Занятия с ребенком

Современные дети очень многое узнают из посторонних источников, таких как друзья, телевизор и компьютер. Родителям дошкольника следует выделять максимальное количество времени на живое общение с малышом, дабы рассказать ему все, что его интересует, так как это есть на самом деле и подать это в наиболее понятной для ребенка форме.

Полезным для ребенка является обучение в игровой, интерактивной форме, например, как это происходит можно почитать на образовательном портале <https://uchi.ru/>. Задания для детей тут моделируются из конкретных ситуаций реальной жизни, знакомые каждому ребенку.

Больше читайте. Приобретайте интересные и познавательные книги и читайте их детям. После того как книга или какая-то ее часть была прочитана не поленитесь ответить на вопросы, которые могли возникнуть у ребенка, обсудите с ним прочитанное, попросите его примерить рассмотренную ситуацию на себе и объяснить как бы он себя повел. Подбирайте литературу соответственно возрасту ребенка, так как слишком сложные произведения он еще не сможет понять, и их ему даже будет не интересно слушать. Просите ребенка пересказывать рассказанные вам сказки и прочитанные книги. Таким образом, будет развиваться речь малыша, он будет пополнять свой словарный запас и пр.

Больше разговаривайте. Если вы куда-нибудь идете или едете, старайтесь вовлечь ребенка в разговор. Обсудите с ним погоду, окружающую местность, попросите его рассказать стишок и пр. Объясняйте ему все, что он видит, рассказывайте, каких видите птиц, какие вокруг растут дерев, какие звуки, откуда идут и кто их издает и т.д. По возможности старайтесь объяснять ребенку похождение не понятных ему слов.

Играйте в игры. Играйте в игры голосовые типа «Города», «Съедобное несъедобное», учите ребенка сравнивать вещи, преувеличивать и приуменьшать. Научите ребенка в игровой форме ориентироваться в пространстве (лево, право, назад, вперед).

Тренируйте память. Тренировать память помогает разучивание стихотворений и песенок. Такой навык очень сильно облегчит вам разучивание стихов школьной программы. Старайтесь сейчас выбирать легкие, интересные произведения с простыми рифмами и понятными словами.

Развиваем моторику. Развивать мелкую моторику рук необходимо для того чтобы в школе ребенку было легче научиться писать и делать это красиво. Прекрасным способом развития моторики рук и дошкольников является игра с конструктором. Родители та же могут приобрести специальные тетради и совершать первые попытки письма – рисование по клеточкам, последовательное соединение цифр в рисунок, рисование по пунктиру и пр.

Родителям подготовка ребенка к школе может даваться нелегко, им может катастрофически не хватать времени на проведение занятий, но со всем этим нужно как-то справиться, если вы хотите чтобы каждый поход в школу для вашего малыша был праздником, а не наказанием. Ежедневные даже непродолжительные минут по 20-30 день, но правильно выстроенные занятия, помогут ребенку подготовиться к «новой» жизни.

Гиперактивные дети. Причины, признаки, особенности воспитания.

"Активный" в переводе с латинского означает "действенный, деятельный". Греческое слово "гипер" недвусмысленно указывает на некоторое превышение нормы. У детей гиперактивность проявляется, как правило, несвойственными для его возраста импульсивностью, отвлекаемостью, невнимательностью. Если ребенок гиперактивен, сложности испытывает и он сам и его ближайшее окружение: родители, учителя, одноклассники. Такому ребенку требуется своевременная помощь, в противном случае в дальнейшем из гиперактивного ребенка может сформироваться психопатическая или асоциальная личность. На сегодняшний день известно, что среди юных правонарушителей гиперактивные дети составляют весьма значительный процент.

Под гиперактивностью подразумевается чрезмерная умственная и физическая активность у детей, когда над торможением преобладает возбуждение. По мнению врачей, гиперактивность является прямым следствием весьма незначительного поражения мозга (минимальная мозговая дисфункция), которое невозможно определить диагностическими тестами. Первые признаки гиперактивности у ребенка проявляются в раннем детстве. Агрессивность и эмоциональная неустойчивость, по мере взросления, зачастую приводят к конфликтам в школе и семье.

Проявления гиперактивности

Пики проявления этого синдрома совпадают с этапами психоречевого развития: 1–2 года (закладываются речевые навыки), в 3 года (происходит увеличение словарного запаса), в 6–7 лет (формирование навыков письма и чтения). Но наиболее ярко выражены в старшем дошкольном, а так же младшем школьном возрасте. Именно в этот период увеличиваются интеллектуальные нагрузки, учебная деятельность становится ведущей, появляются новые требования: умение концентрировать внимание на продолжительный отрезок времени, до конца доводить начатое дело, добиваться нужного результата. Поэтому в условиях систематической и длительной деятельности гиперактивность очень убедительно заявляет о себе.

Психологи из США М. Алворд и П. Бейкер предлагают критерии выявления у ребенка гиперактивности.

Двигательная расторможенность:

1. Проявляет признаки беспокойства (двигается в кресле, барабанит пальцами, забирается куда-либо, бегает, двигает кистями, стопами).
2. Не может сидеть спокойно, постоянно ерзает на стуле.
3. Спит значительно меньше других детей, даже будучи младенцем.
4. Болтлив.

Дефицит активного внимания:

1. Ребенок непоседлив, не может долго удерживать внимание.
2. Невнимателен. Когда к нему обращаются, не слушает.
3. С энтузиазмом хватается за задание, но его не заканчивает.
4. Неорганизован.
5. Очень часто теряет вещи.
6. Старается избегать требующих умственных усилий и неинтересных, скучных заданий.
7. Забывчив.

Импульсивность:

1. Отвечает, не выслушав до конца вопрос.
2. Часто вмешивается в учебный процесс, разговор, прерывает. Не может дождаться своей очереди.
3. Нетерпелив, если между каким-либо действием и вознаграждением делается пауза не способен дождаться вознаграждения.
4. Плохо сосредоточивает внимание.
5. Не способен регулировать/контролировать свои действия. Поведение ребенка слабо управляемо. Не признает правил.
6. Выполняя задания, показывает разные результаты. По-разному себя ведет. На одних занятиях успешен и спокоен, на других - нет.

Имейте в виду, что если у ребенка ярко выражены хотя бы шесть признаков из вышеперечисленных, педагог (воспитатель) может высказать предположение (не поставить диагноз!), что у ребенка наблюдаются симптомы гиперактивности.

Проблемы обучения

Сегодня, проблемы детей, которые имеют нарушения поведения, и связанные с их обучением трудности стали особенно актуальны. Чрезмерно возбужденные, крикливые, непоседливые и невнимательные дети перетягивают на себя внимание учителя, поскольку ему приходится следить, чтобы они выполняли задания, сидели спокойно, не мешали одноклассникам. Такие дети на уроке заняты своими делами, заставить их выслушать, выполнить до конца задание и удержать на месте невероятно трудно. Они "не слышат" учителя, все забывают и теряют. При всех существующих поведенческих проблемах интеллектуальные функции гиперактивных детей не нарушены. Такие дети способны вполне успешно освоить программу общеобразовательной школы, если требования будут соответствовать их возможностям.

Коррекция в семье

Необходимо избегать двух крайностей:

- постановки завышенных требований, в сочетании с чрезмерной пунктуальностью, жестокостью и наказаниями;
- проявления чрезмерной вседозволенности и жалости.

Колебания настроения родителей и частое изменение указаний оказывают на подобных детей крайне негативное воздействие.

Рекомендации родителям

Если вы недовольны или огорчены поведением ребенка, старайтесь сдерживать бурные эмоции. Поддерживайте детей в попытках позитивного, конструктивного поведения, даже если они незначительны.

Поддерживайте позитивную установку. Подчеркивайте его успехи, хвалите ребенка, если он заслуживает.

Избегайте повторения слов "нельзя", "нет".

Говорите с ребенком сдержанно, мягко, спокойно, но уверенно. Придерживайтесь этого тона в разговоре с другими людьми в его присутствии.

В семье должны быть уравновешенные и спокойные взаимоотношения.

Предъявляемые к ребенку требования должны быть едины для всех членов семьи.

Поддерживайте четкий распорядок дня. Перед сном только спокойные игры.

Рацион ребенка должен содержать продукты с высоким содержанием магния, калия, кальция (сухофрукты: курага, чернослив, изюм; молочные продукты).

Избыток сладкого возбуждает систему пищеварения, что приводит к перевозбуждению.

По возможности избегайте скопления людей, крупных магазинов, беспокойных, шумных приятелей.

Не допускайте утомления. Оно приводит к понижению самоконтроля и, как следствие, нарастанию гиперактивности.

Дайте ребенку возможность израсходовать лишнюю энергию (бег, прогулки).

В начале работы снизьте требования к аккуратности.

Попросите учителя посадить ребенка за первую парту.

Давайте короткие конкретные, четкие инструкции к действию.

Договаривайтесь о правилах поведения заранее, если вы идете в гости, музей, театр.

Старайтесь избегать длительных поездок, духоты, жары.

Первый раз в первый класс. Помогаем ребенку адаптироваться.

Первое сентября самое важное и судьбоносное событие для ребенка. Именно в этот день он впервые переступит школьный порог, и у него начнется совершенно новая жизнь, ведь отныне он ученик первого класса. Его эмоции бьют через край, он переминается с ноги на ногу и нетерпеливо ждет момента, когда он сможет, наконец, зайти в свой класс, где начнется его первый в жизни урок.

Вы, наверняка, предварительно подготовили ребенка к школе. Он, вполне возможно, посещал подготовительные курсы, которые проходили в этой же школе. Однако учеба в первом классе, с этой подготовкой ни в какое сравнение не идет. Совершенно другие нагрузки, иные отношения, и Вы должны помочь ребенку, как можно быстрее адаптироваться в этом новом, совершенно незнакомом ему мире. Во многом, только от Вас зависит, станет ли школа его вторым домом, куда он с охотой и радостью будет ходить.

Буйство энергии дошкольника, направляемой ранее родителями, с той или иной степенью успешности, в разумное русло, с наступлением латентного периода (6-12 лет) прерывается. В этом возрасте поведение ребенка выравнивается, он легко поддается обучению и влиянию. Наступает настоящий «рай» для педагогов и родителей. Жизненная энергия школьника теперь направлена на развитие социальных чувств (принадлежности к группе, дружбы и др.), занятий спортом, творчества и пр.

Будучи до школы большими индивидуалистами, первоклассники постепенно смиряются с тем, что отныне они – члены группы. Понимая, что мечты о любви учителя только к ним совершенно неосуществимы, они учатся довольствоваться тем, что педагог любит всех одинаково. И чтобы заслужить его любовь, стараются выполнять школьные требования.

Вот только совершенно новая и непривычная обстановка, с которой пришлось столкнуться ребенку, способна стать причиной стресса, спровоцировать дезадаптацию. Как определить, что ребенку некомфортно? Разумеется, он может сам об этом заявить. И даже сказать, что больше в школу никогда не пойдет. Однако скрытое недовольство может проявляться в бессознательных сигналах: плохих сновидениях, нарушениях здоровья, раздражительности или плаксивости... Если вы ощущаете, что с ребенком «что-то не так» пора принимать меры. В целом адаптация совершенно нормальное явление. Если нарушения настроения, сна, аппетита продолжаются 2-3 недели (медики и психологи называют это явление «физиологической бурей»), то не нужно беспокоиться. И вообще, привыкание к новому наступает примерно через 2-6 месяцев. Задача родителей постараться «облегчить жизнь» своему ребенку. Как это сделать?

Первые учебные дни даются ребенку особенно тяжело, поэтому постарайтесь подольше побыть с ним, расспрашивайте о школе, об одноклассниках, впечатлениях. Если заметите, что в характере ребенка произошли какие-то изменения, если он стал раздражительным, вспыльчивым, постарайтесь его успокоить, попробуйте выяснить возможную причину. В случае необходимости, побеседуйте с учителем, родителями одноклассников. Возможно, у ребенка появились апатия и сонливость. Обязательно пересмотрите режим дня, может быть, он чрезмерно загружен и поэтому устает. Предоставьте ему больше времени для сна и отдыха.

Дети, в большинстве своем, быстро привыкают к школьным порядкам и в течение месяца полностью осваиваются с правилами поведения, условиями обучения, распорядком. Поэтому с охотой и с интересом ходят в школу. Но, если ваш ребенок так и не адаптировался, несмотря на то, что минуло, уже более месяца следует обследовать его у врача.

Одной из причин утраты интереса к школе может стать слабая подготовка ребенка. Возможно, он просто плохо усваивает материал и поэтому чувствует себя в классе некомфортно. Не ругайте его ни

в коем случае. Постарайтесь доходчиво и терпеливо, объяснить ему неувоенный материал и не забывайте хвалить, когда он делает успехи, даже если они незначительны.

Следует укреплять и поддерживать авторитет учителя. Ведь порой, при выполнении домашнего задания, ребенок ставит указания учителя гораздо выше, чем ваши. В этом случае необходимо, чтобы ребенок показал, как нужно делать задания и в дальнейшем при их выполнении придерживаться методики учителя.

Чтобы помочь первокласснику быстрее и полнее адаптироваться к школе, постарайтесь придерживаться следующих рекомендаций:

1. Слушайте своего ребенка. Не требуйте трудновыполнимого или невозможного. Уважайте его желания.
2. Даже если ребенок не очень успешен и получается у него далеко не все, не лишайте его любви – той самой, что не зависит от его успехов и достижений.
3. Старайтесь придерживаться принципа «оптимальной фрустрации» - не будьте в своих требованиях слишком жесткими, но и попустительством не занимайтесь.
4. Не запрещайте ребенку свободно выражать свои чувства и эмоции. Не ругайте его за агрессию или истерику, а попытайтесь понять, что их вызвало.
5. Если вам не по нраву недостаточная сообразительность или поведение ребенка, критикуйте исключительно не понравившиеся Вам действия, но не выносите суровый приговор его личности. Не забывайте, «как корабль назовешь, так он и поплывет». В период адаптации критики лучше вообще избежать.
6. Снизьте психологическую нагрузку. Для первоклассника продленка не самое хорошее решение. Будет лучше, если он проведет вторую половину дня дома. Не отправляйте первоклассника в кружки или секции. Ему вполне достаточно школьных занятий.
7. Если Вы вместе делаете уроки – прерывайтесь через каждые 15 минут. Предоставьте ему возможность потанцевать, подвигаться, попрыгать. Длительность занятий должна быть не более часа.
8. Введите обязательный дневной сон (примерно 2 часа), прогулки, продолжительный ночной сон (до 11 часов), полноценное питание.
9. Телевизор и компьютер не должны напрягать глаза. Поэтому можно смотреть телевизор или сидеть за компьютером 1 час в день. Если ребенок в отличном настроении, превосходно кушает, спокойно спит и с удовольствием учится – значит, адаптация уже позади.

Ребёнок и компьютер - разумный подход.

Если у Вас дома есть компьютер, то Ваш ребенок, вне всякого сомнения, будет уметь им пользоваться и относиться к нему без всякого пиетета, как к привычной и обычной вещи. Компьютеры уже давно ворвались в нашу жизнь и стали неотъемлемой ее частью. Некоторые родители абсолютно не возражают против них. Другие запрещают ребенку к нему подходить. Есть категория родителей, которые, не запрещая ребенку проводить за компьютером время, испытывают постоянное беспокойство, зная, что долгое сидение за ним вредит здоровью и отражается на проведенном со сверстниками времени, боятся, что компьютерные игры ожесточат его.

Кто прав? В этом вопросе стоит разобраться, хотя бы потому, что, несмотря на домашние запреты у Вашего ребенка есть возможность познакомиться с компьютером у приятеля. К тому же сейчас в каждой школе оборудованы кабинеты информатики.

Компьютер: враг или друг?

Попробуем разобраться. Связанных с компьютером предубеждений несколько.

К примеру, пребывание в виртуальной реальности навредит эмоциональному и интеллектуальному развитию ребенка. Он не будет испытывать интереса к ручному труду, чтению, самостоятельному мышлению. Станет рабом Интернета, пассивным потребителем информации. Не научится понимать людей, выражать свои чувства и мысли. Зачем корпеть над рефератом или сочинением, когда можно "содрать" текст через Интернет?

Тем не менее, преимуществ способных значительно облегчить жизнь школьника гораздо больше, чем вредоносных факторов. Возможность получить информацию по нужному вопросу, не выходя из дома, разнообразные обучающие программы. Помощь в выборе увлечений, будущей профессии, общение со специалистами. Никто не отрицает, что ребенок может встретиться с тем, от чего Вы желаете его уберечь. Можно нарваться на мошенников, свои сайты есть у деструктивных сект, националистов и пр. Но с этим можно столкнуться и в реальности.

Предубеждение второе: некоторым детям компьютер заменяет общение со сверстниками, мешает полноценно общаться с другими детьми. Однако проблемы в общении создает отнюдь не компьютер. Напротив, испытывающие сложности дети, ищут спасение от них в виртуальном мире, главное при этом, чтобы ребенок не впал в зависимость. Но об этом уже должны позаботиться родители. Далеко не всегда увлечение компьютером сужает и ограничивает круг общения. Наоборот, не слишком коммуникабельным и застенчивым ребятам он помогает найти единомышленников.

У многих педагогов и родителей очень большие претензии к компьютерным играм, которые в лучшем характеризуются ими как пустые, отвлекающие от занятий спортом или учебы, забавы. В худшем - как нечто возвращающее в детях жестокость, порождающее агрессию и привычку разрешать спорные ситуации дракой.

Однако слышатся голоса, выступающие в защиту этого времяпрепровождения.

Компьютерные игры помогают удовлетворить естественную потребность в игре. Ребенок учится следовать неким правилам, доводить до конца начатое дело, планировать свои действия, добиваться улучшения результатов. Получается, что попутно формируются настойчивость, терпение и воля. Выигрывая, игрок испытывает положительные эмоции, ощущает себя более уверенно, повышает самооценку. Перебирая различные варианты решений, и переходя на более сложные игры, ребенок развивается интеллектуально.

Можно подобрать игры, которые помогут развивать целенаправленное активное внимание, пространственное воображение, память, логическое мышление, улучшить координацию движений и скорость реакции.

Игры помогают снять напряжение. Постреляв или погонявшись за противником, можно выпустить пар, а роль жертвы позволяет избавиться от кое-каких страхов. Примеряя на себя роль супергероя можно ощутить себя сильной, героической личностью, управляющей другими персонажами и контролирующей ситуацию.

Вреден ли компьютер?

Опасения родителей вполне понятны. Кто скажет, как отразится работа за компьютером на зрении, осанке, как сильно повредит излучение?

Согласно имеющимся данным уровень электромагнитного излучения у современных мониторов даже ниже, чем у телевизоров. Иные виды излучения (ультрафиолетовое, инфракрасное, рентгеновское) вообще ничтожно малы. К примеру, уровень рентгеновского излучения монитора не превышает радиационный фон помещения.

Реальным фактором риска становится нагрузка на зрение. Опять же, следует заметить, что сидение за компьютером ничуть не вреднее, чем у телеэкрана. Главное помнить об элементарной профилактике и делать гимнастику для глаз, не забывать про перерывы и посещать окулиста, хотя бы время от времени. Обратите внимание на характеристики монитора.

Приучите ребенка правильно сидеть и ему будут не страшны нарушения осанки. И лишний вес, и малоподвижный образ жизни свойственны не только пользователям.

В последнее время в СМИ можно встретить публикации о компьютерной зависимости. Приводятся устрашающие примеры безвозвратного погружения ребенка в виртуальный мир. Однако серьезных научных доказательств этому пока нет. Отрицать существование компьютерной зависимости бессмысленно. Она действительно существует. Однако дело здесь не в компьютере а в проблемах самого ребенка и только от родителей зависит, будут ли они решены.

Психология первоклассника

Всем давно известны первые трудности школьной жизни. Причем, тяжело и детям-первоклашкам, и их родителям. Начало нового этапа школьного детства для многих детей становится кризисным моментом.

Сначала все кажется торжественным, праздничным, неожиданным и интересным, но с каждым днем ребенок начинает понимать, что в школе нужно трудиться и выполнять задания.

Если с малышом с раннего детства родители занимались и морально его готовили к поступлению в школу, ребенку легче будет адаптироваться в новой для него обстановке.

Уже давно доказано, что «домашние» дети адаптируются труднее, чем дети, которые перед школой посещали детский сад, специализированные детские учреждения или развивающиеся центры.

Многие родители считают, если их ребенок знает цифры и буквы, умеет читать и считать, то в школе ему будет намного легче. Безусловно, это так, но очень часто встречаются случаи, когда дети, зная азбуку, учатся слабо, в школу идут со слезами, тогда как другие, не умеющие читать и даже плохо знающие алфавит, с удовольствием бегут в школу, с воодушевлением рассказывают, чем они занимались в классе, чему научились.

Это связано с тем, что все дети разные, одни – веселые, общительные, а другие – застенчивые и плаксивые. Причина кроется и в воспитании ребенка, и в отношениях в семье.

Если семья дружная и крепкая, ребенок растет счастливым, он не боится трудностей, зная, что его любят и поддержат в трудные минуты. Если же в семье не ладится и ребенок видит постоянные ссоры родителей, он может замкнуться в себе, быть неуверенным в своих силах и знаниях.

Поэтому очень важно, чтобы в этот период родители обратили свое внимание именно на ребенка, помогли ему адаптироваться и пройти первую ступеньку школьной жизни.

Современная школьная программа далеко не та, что была десятилетия назад, вот почему у многих родителей возникают трудности, когда их чадо идет в первый класс. Усложненная программа некоторых ставит в тупик, родители не знают как себя вести и как помочь ребенку, в такой ситуации особенно трудно первокласснику.

Помимо новой обстановки, режима и других трудностей, в нем может поселиться неуверенность, потому что он не чувствует поддержки от родителей. Кроме того, бывают случаи, когда у детей не складываются отношения с учителем или одноклассниками.

Причиной нежелания идти в школу может быть и неинтересное выкладывание предмета, непонимание, о чем говорит учитель. Соответственно интерес к обучению пропадает, малышу становится скучно. Если главной деятельностью дошкольника являлась игра, а, как известно все дети любят играть, то в школе ему предстоит больше заниматься учебной деятельностью.

Чтобы первоклассник не потерял интерес к учебе, нужно к этому его подготовить, объяснив, что не всегда можно заниматься тем, что нравится, что в книжках тоже можно найти много интересного и полезного, привести примеры, как родителям самим было трудно в первом классе, когда они были такого же возраста.

Избежать коммуникативных трудностей можно в том случае, если перед поступлением в школу познакомиться с педагогом и родителями будущих первоклашек, водить дошкольника на подготовительные занятия, узнать больше информации о школе и об учебной программе, какие требования выдвигает школа для учащихся и для родителей.

Если этого не сделать заранее, в середине года может возникнуть конфликт и придется менять школу или класс, что негативно скажется на психологическом состоянии ребенка. Более того, он вообще может отказаться ходить в школу.

Поэтому к выбору школы и учителя нужно подходить очень серьезно. Дома нужно проводить беседы с дошкольником, рассказывать, какие его могут ожидать трудности и убедить ребенка, что с любыми трудностями ему помогут справиться.

Некоторые родители начинают наказывать малыша за то, что он сделал что-то не так как надо или не хочет выполнять домашнее задание. Делать это категорически запрещено, потому что можно надолго убить у него желание учиться и к чему-либо стремиться.

Лучше подбодрить ребенка, поощрить за то, что он старается. Главное, чтобы он чувствовал поддержку и понимание, тогда и обучение не будет ему казаться страшным наказанием.

Можно иногда играть с ребенком, даже делая домашние задания, например, играя, выучить стишок или научиться считать, перекладывая кубики или машинки. В этом случае малышу будет интересно, и он быстро освоит некоторые учебные навыки.

Когда ребенок привыкнет к новому режиму, адаптационный период пройдет плавно, помощь родителей можно постепенно снижать, приучая младшего школьника к самостоятельности.

Таким образом, чтобы ребенку нравилось ходить в школу и узнавать что-то новое, многое зависит от родителей. Если родители выберут правильную позицию, то малыш быстро адаптируется, и с радостью будет получать новые знания.

Сказкотерапия - новый метод в психологии

Пожалуй, вряд ли найдутся те, кто не знает, что такое сказка. А вот такое понятие как «сказкотерапия», многих удивит. И это немудрено. Ведь сказка - это волшебная история, где часто с главными героями происходят чудесные метаморфозы, и в конце добро всегда побеждает зло. Поэтому и, кажется, что мир сказки нереален, в настоящей жизни такого не бывает и к сказкам сейчас отношение совсем иное, нежели в былые времена. А ведь в каждой сказке заложен глубинный смысл. Она учит чему-то хорошему и нужному и работает с подсознанием. Об этом прекрасно знали наши предки и использовали сказку как один из главных инструментов воспитания детей. На какое-то время это знание было утеряно, но современные психологи снова обратились в своей практике к доступному, легкому и глубинному способу психотерапии - сказке.

Сказкотерапия сегодня – это эффективное направление в психологии, проверенное в действии и научно обоснованное. Лечение сказкой – это необычный способ работы с подсознанием и заложенными в нем негативными программами человека. Сказка действует мягко, незаметно, всегда вызывая реакцию человека на то, что он слышит или читает в сказке. Он начинает осмысливать и узнавать те или иные ситуации, описанные в ней. Ведь сказки эти пишутся на основе реально произошедших событий тех людей, которые уже когда-то обращались за помощью к психологам. Сегодня можно получить, кроме того, консультацию семейного психолога по этому вопросу онлайн бесплатно.

Современные сказки показывают, что не бывает безвыходных ситуаций, и нет проблем, которые невозможно решить. Именно через сказку, дается некий импульс, подсказка, руководство к действию, что помогает справиться с тем, что мешает людям жить счастливой и полноценной жизнью.

Особенностью психологических сказок является их многогранность и многослойность. Перечитывая сказку, спустя какое-то время, люди раскрывают для себя совершенно новые грани, личностные качества героев, которые ранее ими остались незамечены. При работе со сказкой включается фантазия, творчество, азарт поиска скрытых в сказке посланий, стимулируется процесс принятия решений и дается руководство к действию во многих ситуациях.

В сказкотерапии используют несколько видов сказок: дидактические, психологические, психокоррекционные, психотерапевтические и медитативные.

Дидактическая сказка практикуется в работе с детьми. Она нацелена на передачу ребёнку полезных и важных в жизни навыков.

Психологическая сказка - вымышленная история, раскрывающая психологическую сторону поступков и развивающая качества личности человека.

Психокоррекционная сказка оказывает тонкое влияние на подсознательные программы человека. В ней часто показывается непродуктивный стиль поведения, а далее предлагается альтернатива.

Психотерапевтическая сказка – наиболее глубокий и эффективный метод в сказкотерапии. Взаимоотношения человека с собой, другими людьми, с окружающим миром - то, с чем работает такая сказка. Вылечить психологическую травму, помочь справиться с проблемной ситуацией в жизни, оказать нужную поддержку, дать надежду на лучшее настоящее и будущее – вот цель такой терапии. Мудрость, красота и глубина сказок, позволяют сделать коррекцию очень тонко, легко, без давления.

Медитативная сказка используется достаточно редко, в силу своей специфики. Такая сказка под силу тому специалисту, который способен не только правильно ее написать, но и суметь интонационно

донести до аудитории ее тайный смысл. А передается он в таких сказках, звуковыми модуляциями голоса рассказчика.

С уверенностью можно сказать, что сказкотерапия – это такой безопасный, увлекательный, и очень экологичный метод лечения людей, не имеющий противопоказаний. Некая универсальная «таблетка», которую можно принимать без назначения врача, покупать без рецепта, сколько угодно и когда угодно. Это легкий способ изменить себя и начать новую, интересную, воодушевленную, полную приключений и радости, жизнь!

ЭТО ИНТЕРЕСНО!!!

Исследователи из Германии и Австралии выяснили, что сыновья, обделенные папиным вниманием, вырастают более агрессивными.

Папа, который большую часть времени проводит на работе, рискует воспитать отпрыска с антиобщественными наклонностями. Эмоциональное и психологическое здоровье мальчиков страдает от нехватки общения с отцом. В Австралии таких постоянно занятых на работе пап около 20%. В нашей стране, по традиции, воспитанием ребенка обычно занимается мама, а папа лишь принимает "посильное участие", даже если не занят на работе круглые сутки. Ситуация требует перемен, иначе сыновья невнимательных пап доставят себе, своей семье и окружающим немало хлопот в будущем.

Важно, чтобы отец ежедневно находил время для полноценного общения с малышом. Любопытно, что дочери оказались не столь чувствительны к вниманию отца. У девочек не было выявлено всплесков агрессии при постоянном отсутствии папы. Что еще более удивительно, рабочий график мамы никак не сказывался на увеличении и уменьшении агрессии у детей.

Даже легкий шлепок может в будущем сказаться на здоровье ребенка.

Согласно опросу, проведенному в США, удалось установить следующее: люди, чьи родители применяли к ним в детстве телесные наказания, имеют более высокую склонность к артриту и риск нарушений в работе сердечно-сосудистой системы. Среди респондентов этой группы также было больше полных людей, чем в группе тех, кого не наказывали в детстве.

Во время шлепка или подзатыльника у ребенка вырабатывается гормон стресса, впоследствии может развиться бессонница, и, как следствие, появятся сбои в работе иммунной системы. Предрасположенность ко многим заболеваниям можно предотвратить простым отказом от насилия, считают ученые из Канады. Есть много воспитательных методик, позволяющих обойтись без телесных наказаний, они сохраняют здоровье ребенка и эмоциональный контакт с родителями.

По итогам исследования, родители, отказывающие детям в деньгах на карманные расходы, оказались в меньшинстве. Подавляющее большинство мам и пап считают, что малышу необходимо с ранних лет учиться управлять финансами.

Стоит ли контролировать траты ребенка? Ведь он может потратить деньги на алкоголь или сигареты? Рациональный подход – это умеренный контроль, а не требование ежедневного отчета. Все зависит от климата в семье. Ребенок, который доверяет мнению и авторитету родителей, не станет покупать такие товары. А потратить все за один день или в течение недели – решать ему самому. Именно так ребенок со временем поймет, что деньги нужно экономить и тратить с умом.

Неврологи Калифорнийского университета сравнили данные малышей-сирот и детей из полноценных семей. Результат оказался предсказуемым, но показательным

Сканы головного мозга благополучного малыша показали хорошую картину: достаточный объем, правильное развитие отделов мозга. Специалисты сделали вывод – такой ребенок способен быстрее адаптироваться к текущей ситуации, он будет быстро социализироваться и приобретать необходимые навыки.

У малыша из приюта скан мозга выглядит иначе: наблюдается недостаток объема в важнейших отделах мозга. К сожалению, кроха с таким маленьким объемом головного мозга не имеет возможности так быстро развиваться и совершенствоваться, как ребенок из благополучной семьи. Это рискует сказаться на будущем малыша.

Каждый малыш нуждается в доле ласки и заботы, без них замедлятся не только его эмоциональное, но и физическое развитие.

Зависимость от компьютера разрушает МОЗГ

Этот факт решили проверить китайские ученые. Они в течение долгого времени наблюдали за работой мозга у людей, которые много времени проводят в интернете и выявили многочисленные изменения в работе головного мозга.

В эксперименте участвовало 35 человек в возрасте от 14 до 21 лет. Магнитно-резонансная томография головного мозга показала нарушения в работе белого вещества у наблюдаемых с компьютерной зависимостью. Замечены нарушения в работе нервных тканей, психо-эмоциональном состоянии, самоконтроле и принятии решений. У 17 из 35 человек была обнаружена интернет-зависимость. На вопрос "Предпринимали ли вы неоднократные и безуспешные попытки контролировать свое пользование интернетом, сокращать его или вовсе прекратить" они ответили утвердительно.

Китайские специалисты, проводящие исследование, отметили, что зависимость от компьютера или интернета можно сравнить с алкогольной или наркотической. По словам профессора Гюнтера Шумана из лондонского Кингс-Колледжа (Великобритания), похожие процессы ранее были выявлены в головном мозге людей, которые страдают от зависимости, объектом которой являются видеоигры.

Мотивация младших школьников на уроках.

Что такое мотивация?

Для многих школьников «актуальной» сегодня становится фраза: «Школа – это каторга!». И родителям все труднее находить доводы против этого утверждения.

Подобное происходит со многими детьми, и дело тут не в недостатке способностей, а в отсутствии мотивации. Не только показатель умственного развития ребенка отвечает за школьные успехи и неудачи, но и целый букет различных факторов.

Успех в учебе – это умение плюс желание.

Неуспевающим ученикам часто не хватает прежде всего заинтересованности в учебе. Они занимаются лишь под давлением со стороны старших и предпочитают поверхностно осваивать знания, не углубляясь в материал.

Исследования показывают: в школе с каждым годом у большинства учащихся стремление к достижениям в учебе неуклонно снижается. Последствия прогрессирующего отсутствия желания учиться весьма драматичны: около 8% учащихся начальных классов регулярно прогуливают занятия, среди учеников средней школы эта цифра достигает 15%, 10% всех школьников одного года рождения бросают школу, не закончив ее.

Мотивация – не постоянная величина, она изменяется в зависимости от ситуации, настроения, предмета изучения, но нет ни одного ребенка, которого нельзя было бы «заинтересовать» школьными дисциплинами. У каждого человека есть силы, благодаря которым он способен учиться, и очень досадно, что эти силы не всегда направлены на математику или географию. Но все можно изменить.

Виды мотивации:

внутренняя

внешняя

идентифицированная

Преимущества, которые несет в себе мотивированное обучение, огромны: внутренний стимул повышает интерес и выносливость, усиливает концентрацию.

- Ученик, обладающий внутренним стимулом к обучению, как показывают исследования, получает более высокие оценки, чем дети, которые учатся без желания. К тому же заинтересованный ребенок получает от своей работы удовольствие. Это упрощает жизнь и родителям, которым в этом случае не приходится постоянно выполнять функции «внешнего стимулятора». Ученики, внутренне мотивированные, используют более разумные учебные стратегии, они сопоставляют новую

информацию с тем, что уже знают, и сами проверяют, как они усвоили новый материал. Изученное остается у них в памяти надолго.

Откуда берется внутренний стимул познавать новое, если для этого требуется приложить много усилий? Как запустить этот механизм в ребенке, который считает, что учиться в школе скучно? В наших статьях мы объясним, как формируется и работает мотивация, и что вы можете сделать, чтобы ребенок начал испытывать удовольствие от учебы и повысил успеваемость в школе.

Мотивация существует в разных качествах – все зависит от того, из какого источника поступает побуждение.

Эксперты считают внутреннюю мотивацию самой сильной и эффективной, она возникает, когда дети тянутся к знаниям из любопытства, ради удовольствия, потому что данный предмет или действие вызывают у них искренний интерес. В этом случае ребенку не нужны внешние побуждения в виде напоминаний или посулов. Внутренний стимул повышает выносливость, способность к концентрации и превращает обучение в важное событие. Тогда ребенок полностью погружается в учебу. Внутренне мотивированные учащиеся стараются хорошо усвоить материал, а не просто быстро выполнить задание. Такую учебную стратегию педагоги называют «глубоко ориентированной».

Однако мотивация может идти и из совершенно иного источника: дети зубрят уроки, чтобы угодить родителям, чтобы произвести впечатление на учительницу, получить подарок, добиться признания в классе и так далее.

Эта «внешняя» мотивация всегда ориентирована на последствия обучения и потому функционирует недолго – в этом случае готовность приложить усилия у ребенка слабо выражена. Как только внешнее давление или стимул исчезают, останавливается и процесс обучения. Если ребенок ожидает вознаграждения, то его мало интересует само задание. Это «Ну, ладно, так и быть, сделаю», – делает обучение поверхностным и неэффективным, потому что школьник думает лишь о том, как бы поскорее сделать задание. Награда лишь временно действует в качестве стимула, также как и угроза наказания. При внешнем воздействии собственная сила воли не формируется.

Кроме вышеперечисленных форм мотивации педагогическая психология выделяет еще одну: так называемую «идентифицированную» учебную мотивацию. В этом случае обучение не обязательно доставляет ребенку удовольствие, но он учится самостоятельно и усердно, потому что конечный результат учебы имеет для него личное значение.

Например, он стремится получить хороший аттестат, чтобы поступить в высшее учебное заведение и получить профессию, о которой мечтает. Плохие оценки просто не позволят ему достичь этой цели.

^ Как доказали многочисленные исследования, этот вид мотивации напрямую зависит от степени самостоятельности ребенка. Дети, которые понимают, для чего они учатся,

получают более высокие оценки, они занимаются усерднее и действительно хотят понять материал, потому что оценка определит их дальнейшие возможности, а полученные знания пригодятся в будущем.

Итак, вот основные виды мотивации, например, при занятии математикой.

- Внутренняя мотивация: занимаюсь, потому что мне нравится учиться. Или: потому что мне нравится математика, ...

- Внешняя мотивация: занимаюсь, потому что я хочу, чтобы учитель (родитель) был мной доволен. Или: потому что мой отец (мать) – ... и от меня ждут, что я тоже добьюсь успехов в учёбе.

- Идентифицированная мотивация: занимаюсь, потому что оценка важна для моего поступления. Или: потому что умение хорошо считать пригодится мне в будущем.

^ Основа любой мотивации – влияние окружения

Самый лучший стимул для человека – это другие люди. Нежные добрые отношения в семье и школе, при которых дети чувствуют себя уютно и защищено, – важнейшая основа для здорового развития мозга и, в частности, мотивационной системы. Окружение – воспитание и отношение людей, с которыми ребенок постоянно взаимодействует – помогает ему удовлетворить эти три потребности, а также закладывает фундамент ответственного отношения ребенка к труду и жизни в целом.

Общие рекомендации родителям по повышению уровня школьной мотивации.

- проведите с ребенком беседу о школе. Эту беседу Вы можете провести с ребенком сами, когда вместе играете или гуляете. Главное, чтобы настроение ребенка было хорошим, а Ваше с ним общение непринужденным. Примерные вопросы беседы: Ты хочешь идти/ходить в школу? Почему ты хочешь-не хочешь идти/ходить в школу? Как ты готовишься к школе? Нравится тебе в школе? Что тебе нравится в школе? (Предварительно спросить, был ли ребенок уже в школе.) Если бы тебе не нужно было ходить в школу и детсад, чем бы ты занимался дома, как проводил бы свой день. И тд.
- Расспрашивайте его о том, как прошел учебный день, что нового и интересного узнал ваш ребенок.
- поддерживать своего ребенка независимо от его социального статуса в группе;
- организовывать совместную деятельность, которая дает возможность ребенку побывать в разных социальных ролях;
- использовать во взаимодействии ребенком положительный опыт ;
- создавать условия для возможности показать себя в выгодном свете, показать свою полезность для других;
- осуществлять постоянную связь с педагогами

Анкета

1. Каким учеником считаете вы своего ребенка (с высоким, средним, низким уровнем способностей к учению)?

2. Как часто вы бываете в школе?

3. Как вы относитесь к учебе ребенка:

- a. Считаю, что это его дело
- b. Переживаю неудачи, радуюсь его успехам
- c. Оказываю помощь при подготовке домашних заданий
- d. Осуществляю контроль за результатом обучения

Родители влияют на мотивацию учащихся. Поэтому для формирования положительной мотивации к учению родителям можно опираться на следующие советы:

1. интересоваться делами, учёбой ребёнка;
2. помощь при выполнении домашних заданий должна быть в форме совета, не подавлять самостоятельность и инициативность;
3. объяснять ребёнку, что его неудачи в учёбе – это недостаток приложенных усилий, что он что-то недоучил, не доработал;
4. чаще хвалить детей за их успехи, тем самым давать стимул двигаться дальше.

1. Об успехах

В психологии есть понятие «**выученный неуспех**». Так называют состояние, когда человек заранее считает, что у него ничего не получится и поэтому даже не пробует решить трудную задачу, не начинает учиться чему-то новому. У окружающих создается впечатление, что ребенок ленится, раз не хочет даже попытаться. Однако именно взрослые, и в первую очередь родители, виноваты в том, что у ребенка опустились руки и он перестал верить в собственные силы. Ведь все его достижения обесцениваются завышенными требованиями со стороны родителей.

Родители, слишком много ожидающие от своего ребенка, беседу с психологом начинают со слов: «В нашей семье все хорошо учились, окончили школу с золотой медалью, имеют красный диплом. Всегда были отличниками» и т.д. Им искренне непонятно, как это можно учиться на четверки, а уж тройки воспринимаются как свидетельство лени или полного отсутствия способностей у ребенка.

Некоторые родители, хотя и считают своих детей способными, чаще обращают внимание на ошибки и неудачи ребенка, чем на его успехи, надеясь тем самым побудить его стараться еще больше. Однако постоянно подчеркивание недостатков приносит огромный вред – школьник приходит к выводу, что, несмотря на все свои старания, он неспособен оправдать ожидания родителей. Ребенок перестает верить в свои силы, теряет интерес к любой интеллектуальной или творческой деятельности.

Бывает, что родители специально занижают достижения способных детей, чтобы те не загордились. Из-за этого ребенок не получает удовольствия от своих успехов, он постоянно стремится добиться большего, чтобы наконец-то заслужить поощрение родных.

Даже став взрослыми и самостоятельными, такие люди все время стремятся кому-то доказать свою компетентность и значимость.

Что делать?

Избегать разговоров на тему, что в семье все были отличниками и что единственная приемлемая отметка – это пятерка. Необходимо показывать ребенку, что вы рады его даже небольшим, с вашей точки зрения, успехам.

Нельзя сообщать ребенку, что вы поставили на нем крест, если он не оправдал ваших ожиданий, например, в области математики. Возможно, его призвание – гуманитарные науки?

Не следует запугивать детей необходимостью учиться, чтобы не стать бомжем, дворником и т.п. В подростковом возрасте подобные нотации часто приводят к противоположному результату – ребенок, отчаявшийся чего-то добиться или соответствовать представлениям взрослых, потерявший интерес к учебному процессу, начинает демонстративно заявлять, что он и мечтает стать дворником, чтобы его все оставили в покое.

Не обесценивайте достижений ребенка, оценивая его работу. Например, не следует говорить: «Это еще хорошо, что тебе учительница «четверку» поставила. Я бы за такое сочинение выше «тройки» не поставила».

2. Об интересе

Многие родители переживают, что их дети не очень интересуются учебой, работают «из-под палки», ленятся. Нередко можно услышать от взрослых, что ребенок равнодушен не только к учебе, он вообще ничем не интересуется. И тогда в беседе с психологом звучат примерно такие слова: «Да ему же ничего не интересно! Чего мы ему только ни предлагали – он ничего не хочет делать! Что же с ним будет дальше?» В ответ на это хочется не менее эмоционально возразить: «Не может быть, чтобы ребенка совсем ничего не интересовало!»

Родителям следует задуматься: не предлагают ли они ребенку то, что интересует их самих, но не его? Возможно, в его отказе от предложенных занятий выражается стремление проявить самостоятельность? Или ребенку не удается добиться успеха в предлагаемых видах деятельности, потому что у него нет к ним склонности, а вы предъявляете слишком высокие требования, и он боится их не оправдать?

Мальчик к восьмому классу совершенно перестал интересоваться учебой, хотя в начальной школе был одним из самых способных и любимых учеников у всех учителей. В средней школе он постепенно скатился на тройки, часто не делал домашние задания, конфликтовал с учителями. Сразу после разговора «по душам» с классным руководителем, он брался за ум, быстро наверстывал упущенное, добивался успеха, но через некоторое время опять срывался.

Выяснилось: родители объясняли ему, что он должен учить математику и иностранный язык, чтобы поступить в престижный вуз, стать юристом или экономистом, хорошо зарабатывать и уехать на работу за границу. Но мальчика интересовали гуманитарные науки, он успешно играл в театральной студии, ходил на занятия по лепке и с первого класса мечтал серьезно заняться футболом.

Беседа с психологом о своем профессиональном будущем, он так и говорил: «Надо поступать в математический класс», и в его голосе слышались тоска и обреченность. Но как же менялся его тон, когда он рассказывал о своих успехах в лепке, театре или футболе! Однако он отказывался рассматривать какое-либо из этих

увлечений в качестве своей будущей профессии, задаваясь «взрослыми» вопросами: «Кем я буду работать? Сколько буду получать?» Естественно, родители не принимали его увлечений всерьез.

Противоречия между склонностями мальчика и внушенной ему установкой на «правильное образование» вызывало у него душевный дискомфорт, и это напряжение выливалось в конфликты с учителями и одноклассниками, нежелание учиться.

Отсутствие интереса к учебе, то есть скука, закономерно приводит к появлению лени – универсального защитника от бесполезной (по мнению ребенка) деятельности. В подростковом возрасте эта проблема становится наиболее актуальной, так как основные интересы из познавательной сферы перемещаются в сферу общения. И тогда учеба превращается в надоевшую и скучную повинность.

Дети не понимают, зачем им может понадобиться большинство школьных предметов, а хорошо учиться и быть «любимчиком» у учителей означает потерять престиж в глазах сверстников. Родители не могут заставить подростков не только сесть за уроки, но и выполнять элементарные обязанности по дому – мыть за собой посуду, ходить в магазин или работать на садовом участке. Все это кажется им тоскливым, однообразным и отрывает от возможности провести время по своему усмотрению.

Что делать?

Понаблюдайте за ребенком (это касается детей младшего школьного возраста): во что он охотно играет, как любит проводить свободное время, о чем говорит с интересом. Выяснив, какая область знаний больше всего привлекает вашего ребенка, помогите ему применить этот интерес на практике. Можно договориться с учителем, чтобы он дал задание школьнику подготовить доклад или сделать газету по интересующей его теме. Ребенок поверит в свои силы и захочет развиваться дальше, если почувствует себя компетентным. Неоспоримый факт: интересно то, что получается, а лучше всего получаются то, что интересно.

Узнайте у школьника, что именно он изучает в данный момент по тому или иному предмету. Расспрашивайте, признайтесь, что вы чего-то не знаете или плохо помните. Пусть объяснит вам. Некоторые дети будут отмахиваться от таких вопросов и говорить, что не помнят или не хотят обсуждать. Настаивать не стоит. Можно спровоцировать обсуждение каких-то учебных тем общим просмотром фильма о животных или спектакля, можно «подсунуть» ребенку учебник по занимательной физике или химии.

Приучайте ребенка поддерживать тонус, то есть рабочее состояние организма. Лени принимает наиболее катастрофический характер в тех случаях, когда человек устает физически или душевно. Каждый выходной должен быть наполнен действительно отдыхом, а не ударным трудом на даче или ремонтом. В любом трудном и скучном деле научите ребенка находить приятное или делать перерывы, чтобы, например, выпить стакан сока, поиграть с собакой, почитать любимую книжку. Отмените ночные бдения перед телевизором или за компьютером (это правило, как и все остальные, должно быть общим для всей семьи).

Обсудите с детьми, как пересекаются разные области знаний. Например, как знания по географии могут пригодиться на уроках истории и литературы.

Не упрекайте ребенка в том, что он ничего не делает, «а вот вы в его годы...». Такие разговоры способны вызвать только реакцию протеста, а не побудить, срочно чем-то заняться или заинтересоваться. Подросток в лучшем случае усмехнется про

себя и подумает: «Ну и чего вы добились?» Кстати говоря, в «ваши» годы возможности и требования были совсем другие, мир изменился и продолжает меняться.

Спросите у ребенка, что такое, с его точки зрения, «сила воли» и есть ли она у него? Может ли он заставить себя выполнять не очень интересное задание? Умеет ли усилием воли сосредоточиться на уроке или даже не пытается? Объясните школьнику, что надо развивать не абстрактную силу воли, а совершенно конкретную, относящуюся к какому-либо намерению – получить «отлично» на экзамене по математике, выучить английский язык и т.п.

Вместе с ребенком создайте план: какие именно шаги следует предпринять. Помогите не отступать от намеченного.

3. Об отношениях

Нередко ребенок не может добиться успехов из-за плохих отношений с учителем. Первоклассник в этом случае обижается и жалуется родным: «Марья Ивановна не разу не похвалила меня перед всем классом», а подросток перестает готовить уроки, начинает прогуливать.

Одна десятиклассница прогуливала уроки физики, объясняя свою нелюбовь к предмету тем, что учительница, которая учит их уже второй год, ни разу не обратилась к ней по имени (хотя других учащихся называла по именам). Отношение к предмету, который давался девочке с трудом, кардинально изменилось после того, как учительница стала обращаться к ней по имени.

Взрослым важно учесть, что сложности во взаимоотношениях с учителями могут возникнуть как по вине учителя, так и по вине самого ученика. Родители часто говорят о том, что учитель придирается или недолюбливает их ребенка, не задумываясь о том, что, возможно, школьник не выполняет элементарных требований учителя, игнорирует общие для всех правила поведения на уроке и т.п.

Что делать?

Надо попытаться понять, в чем причины нелюбви ребенка к данному предмету. Школьник так или иначе даст понять, что у него не складываются отношения с учителем. Можно и расспросить об этом, но не напрямую, а просто поинтересоваться, кто и как преподает тот или иной предмет.

Родители могут прийти за советом к самому учителю. Нельзя начинать разговор с обвинений и вопросов типа: «Почему вы травите моего ребенка?» Спросите, какие у педагога есть претензии к школьнику. Учитель может плохо относиться к ученику, постоянно не готовому к уроку. Проследите, чтобы у ребенка было все необходимое для данного урока. Если учитель увидит, что его предмет считают важным, стараются, то изменит свое мнение об ученике.

Взрослые не должны делить школьные предметы на важные и не важные, так как и ребенок начнет так считать. Из-за этого у него могут испортиться отношения с педагогами.

СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Учите своего ребенка дружить с другими детьми, не обрекайте его на одиночество.
2. Любой ребенок — отличник или двоечник, подвижный или медлительный, атлет или рохля — может быть другом вашему ребенку и поэтому заслуживает уважения с вашей стороны.
3. Цените друзей своего ребенка не с позиции возможностей его родителей, а с позиции его отношения к вашему ребенку. Всякая ценность человека в нем самом.
4. Собственным отношением к друзьям учите своего ребенка ценить друзей.
5. Старайтесь показать своему ребенку достоинства его друзей, а не недостатки.
6. Хвалите своего ребенка за проявление его достоинств в дружбе.
7. Приглашайте друзей своего ребенка в дом, общайтесь с ними.
8. Помните, что дружба детства, которая будет поддержана вами, возможно, станет опорой вашего ребенка во взрослой жизни.
9. Учите своего ребенка быть честным с друзьями и не искать выгоды от дружбы.
10. Учитесь быть своему ребенку другом.
11. Если ваш ребенок поверяет вам свои тайны как друзьям, не шантажируйте его ими.
12. Критикуйте, не унижая, а поддерживая.
13. Поддерживайте в своем ребенке желание делать друзьям приятное.
14. Не допускайте предательства ребенка по отношению к друзьям. Маленькая подлость рождает большую.

СОВЕТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Доверяйте своим родителям — они самые близкие вам люди, они могут помочь вам, дать хороший совет.
2. Рассказывайте им о своих проблемах, неудачах, горестях.
3. Делитесь своими радостями.
4. Заботьтесь о родителях: у них много трудностей.
5. Старайтесь их понимать, помогайте им.
6. Не огорчайте их и не обижайтесь на них понапрасну.
7. Знакомьте их со своими друзьями, рассказывайте о них.
8. Расспрашивайте своих родителей об их детстве, о друзьях детства.
9. Демонстрируйте родителям достоинства своих друзей, а не недостатки.
10. Радуйтесь вместе с родителями успехам своих друзей.

Заключение

В своих ожиданиях надо исходить из реальных возможностей ребенка. Ни в коем случае нельзя страшить ребенка предстоящей учебой и трудностями этой учебы. Не надо говорить о том, что у вас всегда были только пятерки, и все всегда получалось сразу (подумайте, так ли это на самом деле?).

Не старайтесь подменить собой учителя, требуя от ребенка больше, чем ему задано (например, написать не одну строчку в прописи, а целую страницу; переписывать по многу раз домашнее задание, пока оно не будет выполнено идеально).

Не требовать долгого напряжения от быстро утомляющегося, неусидчивого школьника.

Проявляйте интерес к учебной деятельности ребенка, например, ищите нужные книги или информацию в Интернете. Но делайте это не **вместо** ребенка, а **вместе** с

ним. Раз и навсегда откажитесь от привычки писать за школьника рефераты, сочинения и пр.

Не надо бояться плохих отметок больше, чем их боится ваш ребенок. Кроме того, не следует заставлять его во, чтобы то ни стало делать все на «отлично». Ребенку полезно получить то, что заслужил.