

Администрация муниципального образования
«Таштагольский муниципальный район»
муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №11 «Золотая рыбка»

Консультации педагога – психолога

составила:
педагог-психолог
Абдулина Л.И.



Второй ребенок в семье. Как избежать ревности?

Многие женщины, ожидая второго ребенка, задаются вопросом: «Как и когда об этом сказать старшему?» И, вообще, как правильно себя вести, чтобы первенец не чувствовал себя обделенным Вашим вниманием и любовью. Большинство специалистов рекомендуют сообщить старшему ребенку о предстоящем пополнении после третьего месяца беременности. Ваш животик уже становится заметным и есть, о чем поговорить.

Несмотря на то, что Ваш малыш долго и настойчиво «просил» у Вас братика или сестричку, на самом деле он не понимает, что для него значит появление младенца в доме. Расскажите своему первенцу о том, что все новорожденные детки очень беспомощны (они не умеют ходить, самостоятельно кушать и т.д.). Что они очень нуждаются в бережном обращении и ласковом уходе. Но при этом не забудьте ему сказать, что, несмотря на то, что Вам придется много времени уделять младенцу, у Вас будет хватать времени и на него, старшего, что Вы также сильно будете его любить.

Конечно, сейчас новорожденный ребенок требует от Вас большего внимания. Но не забывайте, что не менее важно Вам сейчас удовлетворять эмоциональные потребности и Вашего старшего ребенка.

Не исключено, что через какое-то время после появления второго ребенка Вы заметите, что старший перестал проситься на горшок, самостоятельно одеваться, попросил Вас покормить его грудью или залез к малышу в кровать и начал плакать как новорожденный. Специалисты называют такое явление «регрессия, вызванная появлением нового ребенка».

Это довольно частое явление. Просто малыш чувствует, что уже не является для Вас «центром Вселенной», ему не нравится, что его место занял кто-то другой и таким образом проявляет ревность. Наберитесь терпения и проявите сочувствие к малышу.

Ваш старший ребенок не должен чувствовать себя лишним. Говорите первенцу, что для Вас оба Ваших ребенка очень важны и значимы, и Вы их очень любите. Просто младший пока требует больше Вашей заботы и внимания, так как он еще очень несамостоятельный.

Сейчас как никогда важно, чтобы папа стал больше времени проводить с первенцем. Совместные прогулки в выходной день или поход в кино дадут возможность ребенку почувствовать себя более значимым для Вас. Совершенно неважно, чем именно Вы с ним занимаетесь.

Для ребенка важен сам факт совместной с вами деятельности, то, что Вы уделяете ему свое время и Вам вместе от этого хорошо. Старайтесь все делать от души, а не потому, что так надо. Все это крайне важно для гармоничного развития Вашего ребенка.

Что делать, если ребенок впадает в истерику?

Детям раннего возраста иногда свойственны припадки ярости, во время которых они падают на пол, бьют по полу руками и ногами, кричат, колотят окружающих. Чаще всего такое поведение возникает в ответ на запрет взрослых (нельзя брать какую-нибудь вещь, нельзя играть в луже) или на отказ купить игрушку, шоколадку. Иногда подобная вспышка может стать следствием конфликта со сверстниками. Например, если кто-то из детей отбирает у ребенка игрушку, а он не знает, что сделать в этой ситуации, как привлечь внимание взрослых, как выразить свою обиду.

Специалисты рекомендуют в таких случаях следующие тактики. Если истерика началась в ответ на отказ или запрет взрослого, родители не должны тут же отменять свое решение, лучше твердо сказать «нет» (конечно, в том случае, если запрет является действительно необходимым). Не рекомендуется в момент ярости поднимать ребенка с пола и насильно брать его на руки. Но если ребенок сам просится на руки, следует выполнить его просьбу. Но любые нравоучения в этот момент будут преждевременными.

Нежелательно во время истерики оставлять ребенка одного. Это может быть небезопасно. Однако если взрослый сам находится в состоянии крайнего эмоционального возбуждения и не может контролировать свои действия, лучше все же отойти от ребенка.

Очень часто родители в состоянии гнева либо кричат на ребенка, либо шлепают его (порой, не соразмеряя силу удара). Впоследствии же они испытывают чувство вины и раскаяния.

В момент наибольшей интенсивности приступа ребенок может не слышать уговоров взрослых, но когда «эмоциональный накал» снизится, можно попробовать отвлечь ребенка, переключить его внимание на какое-либо действие или предмет.

Если ребенок впадает в истерику

Не отменяйте немедленно своих решений. Не берите ребенка насильно на руки.

Не старайтесь поднять ребенка с пола. Не оставляйте ребенка одного.

Следите за своим эмоциональным состоянием. Переключите внимание ребенка.

Я сам!

Маленькие дети в своем стремлении помогать нам и что-то самостоятельно делать по дому бывают порой надоедливы. Нам проще и быстрее одеть, умыть ребенка, накрыть на стол и даже покормить, чем, теряя терпение, наблюдать за ним и убирать последствия его «помощи». Однако через несколько лет мы начинаем сетовать на лень сына или дочери, его неаккуратность, не подозревая, что сами воспитали эти черты характера, отмахиваясь от его первых заявлений: «Я сам!».

Для каждого возраста существует определенный уровень трудовых навыков в проявлении самостоятельности и является нормой в развитии.

Для ребенка в 3 года нормой является то, что он ест сам, как взрослый держит ложку. Может самостоятельно одеваться и раздеваться, застегивать пуговицы, натягивать колготки, обувь, иногда путая левую и правую туфлю, надевая платье задом наперед. Активно участвует в уборке, в подготовке к обеду. Хочет без посторонней помощи кормить рыбок, поливать растения, поддерживать порядок в шкафу с игрушками. Проявляет инициативу. Заботится о других. Может делать не только то, что хочет, но и то, что надо.

Ребенка необходимо хвалить за желание самостоятельно делать что-то посильное.

Поддерживать желание ребенка самостоятельно застилать свою постель. Просить ребенка подержать, потянуть, положить, расправить постельные принадлежности. Постепенно предоставляя ребенку большую самостоятельность.

С первых шагов проявления самостоятельности приучать пользоваться своим полотенцем, зубной щеткой, пастой, расческой, носовым платком.

Дети должны регулярно помогать взрослым, накрывать на стол и убирать посуду после еды: хлебницу, салфетницу, столовые приборы.

Привлекать ребенка к выполнению домашних дел: вытереть небольшой тряпочкой пыль, постирать носовые платки для куклы. Дети очень любят животных. Необходимо поддерживать в них это хорошее чувство. Объясняя, что у животных есть свой образ жизни и свои привычки.

Научить убирать игрушки на место, так как у каждой вещи есть свое место, это поможет ребенку поддерживать порядок.

Что делать, если ребенок кусает других детей

Многие родители жалуются, что малыши часто кусают и сверстников, и взрослых. Прежде чем наказывать ребенка (что чаще всего и происходит), необходимо выяснить причину подобного поведения.

Иногда кусание может стать выражением чувства беспомощности перед действительностью, следствие испытанного дискомфорта, с которым ребенок не умеет справляться сам. Например, если ребенок привык играть дома в одиночестве, но вынужден целый день находиться в окружении многих людей, он может выразить свое несогласие, протест в виде агрессии, укусов. Тогда укус станет способом защиты. В этом случае взрослый, заметив усталость и раздражительность ребенка, должен показать ему, где он может поиграть один, побыть в уединении.

Но все перечисленное лучше сделать лишь после того, как взрослый уделит внимание «жертве»: успокоил, поговорил, погладил, пожалел. Очень хорошо, если к этой процедуре будет приобщен и аленький «агрессор». Пусть он тоже погладит, пожалеет малыша, которого укусил.

Кое-кто из взрослых полагает, что если не замечать, что ребенок укусил кого-либо из детей и не заострять на этом внимание, то он забудет о такой неблагоприятной форме взаимодействия и не будет больше так делать. Но практика показывает, что ребенок, проведя «разведку» и поняв, что такое поведение является нормой (так как не последовало никакой реакции значимого для него взрослого человека), поступает так и в дальнейшем.

Некоторые родители полагают, что если они строго накажут ребенка за проступок, он запомнит это и научится действовать менее агрессивно. Если в ответ на проявленную агрессию, мы будем не учить ребенка сопереживать тому, кого он укусил, а станем заставлять его просить у «жертвы» или у нас прощения, он либо очень скоро поймет, что можно действовать безнаказанно подобным способом, или, если ваше требование унизительно и невыполнимо для ребенка, он «замкнется» и в качестве протеста ни за что не будет просить прощения. Старайтесь не стыдить малыша за то, что он укусил ребенка, а объяснить ситуацию.

Если ребенок кусает детей

Если ребенок исследует окружающее, твердо скажите ему «нельзя!»

Если ребенок выразил, таким образом, протест, прежде всего, уделите внимание «жертве». Попросите ребенка пожалеть обиженного им малыша.

Обязательно отреагируйте на укус, не оставляйте его без внимания.

Объясните ребенку, почему нельзя кусаться. Не заставляйте его просить прощения. Уделите ребенку внимание, он нуждается в этом.

Как вести себя родителям с ребенком, который начал заикаться

Следует пересмотреть свое поведение в отношении воспитания малыша: завышенные требования, отчуждение, критика, насмешки, раздражение – все это может спровоцировать запинки.

- Следите, как — быстро или медленно — вы говорите с ребенком и как громко: если запинки появились, то говорить нужно тише и медленнее.
- Убедите себя: запинки не приговор, а симптом более глубокой проблемы, обычно психолого-педагогического порядка. Если вы будете излишне волноваться, то малыш, глядя на вас, буквально интуитивно будет чувствовать: «Что-то со мной не так»; нервное напряжение растет.
- Особо серьезные требования предъявите к режиму дня. Необходимо ограничить просмотр телевизора и компьютерные игры до 15-20 минут в день.
- Перед сном включайте тихую инструментальную музыку, обработку классики для детей. Такие музыкальные композиции оказывают хороший психотерапевтический эффект.
- Ни в коем случае нельзя фиксировать внимание ребенка на своеобразии его речи. Нельзя требовать от него повторить слово правильно и вообще давать какую-либо оценку высказываниям. В случае если ребенок во время беседы начал сильно запинаться, просто скажите ему: «Давай попробуем пропеть это слово» или: «Давай скажем это слово шепотом». Покажите ему, как это делается. Обычно при использовании этих приемов запинок нет.
- При общении с ребенком с запинками дайте ему почувствовать, что его никто не торопит сказать, что все всегда дождется окончания его мысли. Это значит, что не нужно его ни подгонять при ответах, ни подсказывать слово, не используйте нетерпеливые жесты.
- Ждите молча, пока ребенок подберет слова и верную грамматическую форму для высказывания.
- Если же он сам начинает говорить о своем заикании, то следует его успокоить и объяснить, что он просто еще не научился правильно говорить, что со временем научится, и эти затруднения пройдут.

Как вести себя родителям с гиперактивным ребенком

1. Проконсультироваться с врачом, правильно выполнять его предписания и дозировать прописанное лекарство.
2. Помнить, что главное лекарство ребенка – это Ваше полноценное общение с ним.
3. Не забывать, что любое разногласие усиливает у ребенка негативное проявление.
4. Продумать режим дня до мелочей. Желательно, чтобы он совпадал с режимом дня в детском саду. Прежде всего самим родителям следует четко придерживаться этого режима. Важно, чтобы малыш сам хорошо знал, когда он должен вставать, когда пойти гулять и т.д.
5. Лото, мозаика, различные конструкторы помогут ребенку научиться сосредотачиваться и быть внимательным. Займитесь с ребенком рисованием. Начинать с листа большого формата с постепенным переходом к маленькому. Если Вы хотите, чтобы Ваш ребенок занимался каким-либо видом спорта, лучше, если это будет плавание, бег, велоспорт.
6. Лучше ограничить пребывание ребенка в больших и шумных компаниях взрослых и детей. Интенсивного общения со сверстниками в течение дня в детском саду ему вполне достаточно.
7. Стараться делать, так, чтобы в процессе игры ребенок взаимодействовал с какой-нибудь одной игрушкой, чтобы другие не отвлекали его внимание.
8. Ставьте реальные задачи перед ребенком. Не используйте завышенные или заниженные требования.
9. Четко определите рамки дозволенного. Не навязывайте жестких правил, ваши указания не должны быть приказами.
10. Оберегайте ребенка от переутомления, которое приводит к снижению самоконтроля.
11. Старайтесь создавать дома спокойную атмосферу. Не забывайте, что Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка. Следите за сном ребенка, он должен высыпаться.
12. Используйте физическую нагрузку для расходования физической избыточной энергии, но не переутомляйте ребенка.
13. Найдите занятие, в котором бы ребенок хорошо разбирался. Это увлечение должно стать «полигоном успеха», в котором у него будет повышаться уверенность в себе. Главное, чтобы это занятие было действительно интересным для малыша.

Гиперактивный ребенок, что делать?

Относитесь к проявлениям гиперактивности ребенка не как к недостаткам, а как к особенностям его характера.

Будьте готовы, что Ваши просьбы такой малыш услышит не с первого раза, запаситесь терпением и повторяйте их несколько раз.

Не кричите на непосед. Ваша возбужденность плохо скажется на карапузе, он потеряет контроль над своими эмоциями. Лучше прижмите малыша к себе, ласково его погладьте, потом тихим голосом спросите, что у него произошло. Повторяющиеся фразы успокаивают, расслабляют непоседу.

Музыка помогает настроить кроху на спокойный позитивный лад. Чаше включайте классические музыкальные произведения или запишите его в музыкальную школу.

Постарайтесь не давать ребенку сразу много игрушек.

Пусть малыш учится концентрировать свое внимание на единичном предмете.

У гиперактивного ребенка должен быть свой собственный уютный уголок, в котором он обуздает негативные эмоции и придет в себя.

Внимательно следите за поведением чада.

При первых признаках нарастающей агрессии переключайте его внимание на другую деятельность. Истеричные приступы проще купировать на начальной стадии.



Взаимоотношения с педагогами

Давайте попробуем самоопределиться в отношениях родителей с педагогами. Самое важное для Вас, родителей – достичь взаимопонимания с педагогом, ведь теперь ваш малыш большую часть времени будет проводить вне дома.

Простые правила:

1. Относитесь к педагогу уважительно. Особенно проявляйте это в присутствии своих детей, не говорите резко об ошибках педагога, хотя и они склонны ошибаться, как и все люди. Не сравнивайте предыдущего педагога с нынешним.
2. Цените желание педагога сообщить Вам что-то новое и важное о ребенке. Не думайте, что вы знаете о своем ребенке все.
3. Не забывайте, что почти 95% педагогов – женщины. Они требуют деликатности, сдержанности и внимания.
4. Терпеливо выслушивайте педагога, не стесняйтесь и не бойтесь задавать любые вопросы, чтобы исключить возможность недомолвок и неясностей.
5. Не избегайте общения с педагогом, даже если он Вам не очень нравится. Чаще пользуйтесь телефоном, проявляйте инициативу в установлении контакта.
6. Конструктивно принимайте критику в свой адрес: в ней всегда есть моменты, которые обязательно нужно принять к сведению. Не давайте волю эмоциям, если же чувствуете, что их сложно контролировать, представьте себя на месте педагога.
7. Если у Вас возникают трудности в воспитании ребенка, откровенно скажите об этом педагогу, вместе вам будет легче разобраться. Не обязательно раскрывать душу перед воспитателем, но постарайтесь относиться к нему как к союзнику. Если у Вашего малыша есть какие-нибудь особенности, обязательно сообщите о них. Педагогу будет легче понять ребенка, если он знает о нем больше.
8. Не рассчитывайте, что Ваши проблемы решит педагог: Вы сможете решить их только сами. Но прислушайтесь к рекомендациям педагогов, сравните их точку зрения со своей. Идеальный вариант, когда проблемы малыша решаются сообща. Тогда Вы не зайдете в тупик и Вам не грозит лечение депрессии.
9. Посещайте родительские собрания, проявляйте активность, оказывайте посильную помощь педагогам. Это повысит Ваш авторитет не только в детском саду, но и в глазах собственного ребенка.

Как научить ребенка слушаться

Не отменяйте установленные требования и распоряжения без крайней на то необходимости. Ребенок должен знать, что не подлежит обсуждению – отправляться в положенное время вечером спать или нет.

Просьбу или распоряжение следует формулировать четко и ясно для ребенка. Например, не «Я не понимаю, почему так шумно?!, а «Я занята важным делом, поэтому прошу не шуметь пока. Можешь порисовать в своей комнате».

Не стоит задавать риторические вопросы типа: «Почему твоя одежда такая грязная?» Лучше сказать, «Сними грязную рубашку и надень чистую».

Приучите ребенка слушаться с первого слова и сразу же выполнять поручение. Если Вы пять раз повторите «Выключи телевизор!» и не предпримите последующих действий, чтобы это было сделано, ребенок будет считать Ваши слова пустым звуком.

Между родителями не должно быть разногласий в отношении какого-либо правила, касающегося поведения ребенка, особенно в его присутствии. Если все же это произошло, то следует в присутствии ребенка прийти к общему согласию. Он будет знать, что если провинился пред мамой, папа тоже судит такое поведение.

Непослушание не должно оставаться безнаказанным, а при повторном нарушении правил следует усилить меру наказания.

Нельзя разрешать сегодня то, что было запрещено вчера. И напротив, не нужно постоянно командовать ребенком и слишком часто давать поручения. На то он и ребенок, чтобы иногда пошалить и насладиться прекрасной порой – детством.

Ребенок должен получать посильные поручения, соответствующие его умению и пониманию.

Не принесет ничего хорошего фамиллярное отношение сына или дочери к Вам. Дети не должны видеть этого и со стороны других членов семьи. Если папа неуважительно отзовется о маме (или наоборот), рано или поздно, ребенок это повторит.



Как подготовить ребенка к детскому саду

Поступление ребенка в детский сад связано с определенными психологическими трудностями.

Первые несколько недель посещения детского сада называются периодом адаптации. В это время происходит приспособление и привыкание ребенка к новым условиям в его жизни. Среди основных изменений следующие:

- рядом нет родных людей, особенно мамы;
- малышу уделяется меньше личностного внимания;
- значительно расширился круг общения;
- изменился режим дня;
- необходимо подчиняться указаниям незнакомой тети;
- большинство действий по самообслуживанию нужно выполнять самостоятельно;
- приходится выстраивать новые взаимоотношения.

Справиться с такими изменениями не очень просто. Данный процесс требует больших затрат психической энергии и физических сил организма. На фоне этого могут отмечаться сбои в работе систем или органов, изменения в поведении.

Вставайте ровно в семь часов: так ребенок привыкнет просыпаться в одно и то же время. Помните, что утренние сборы – одна из тяжелейших процедур новой жизни вашего малыша, в ваших силах сделать эти минуты полегче.

Первую неделю водите малыша в сад на 2-3 часа, чтобы он имел возможность поиграть в игрушки, познакомиться с обстановкой, детьми и воспитателями.

Учтите, что ребенок в саду может и поплакать. Не пугайтесь и не прекращайте водить его в детский сад, просто сделайте временно его пребывание в саду максимально коротким. Объясняйте ребенку, что после сна вы его обязательно заберете.

Будьте готовы к тому, что какой бы ни был хороший детский сад, ваш ребенок, возможно, будет много болеть, в детском коллективе все инфекции распространяются мгновенно.

Не допускайте высказываний сожаления о том, что приходится отдавать ребенка в детский сад.

Разговаривайте с малышом. Учите его рассказывать, что с ним было за день. Чем раньше вы узнаете о его проблемах, тем легче их будет решить.