
«Родительские собрания, лекторий»

Начальная школа

Педагог – психолог, социальный
педагог Захарова И.Г.

«Как помочь первокласснику адаптироваться к школе»

Цель: профилактика школьной дезадаптации.

Задачи:

- психолого-педагогическое просвещение родителей,
- знакомство с понятием «адаптация»,
- анализ причин возникновения дезадаптации и способов её преодоления.

Форма проведения: тренинг.

Участники: родители первоклассников.

Подготовительная работа: памятки родителям первоклассников (приложение 3), листы с вопросами «Кто я? Какой я?» (приложение 4).

Материалы: мягкая игрушка, музыка, детские фотографии родителей, ручки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Звучит мелодия, родители располагаются по кругу.

Вступление. Знакомство.

Здравствуйте, уважаемые родители! Тема сегодняшнего родительского занятия «Доброе начало, или Как помочь первокласснику адаптироваться к школе».

Но, прежде чем начать наш разговор, мне бы хотелось с вами познакомиться. Давайте сейчас каждый из вас, передавая игрушку, представится, сообщит, чей он родитель и скажет что-нибудь положительное о своём ребёнке (*психолог начинает с себя*). ...Спасибо всем за участие!

Основная часть.

Вот в такой доброй и теплой атмосфере мы с вами и поговорим об адаптационном периоде первоклассников к обучению в начальной школе.

Что такое адаптация? Адаптация — это приспособление к новым условиям.

Почему именно в этот период мы говорим о том, что необходимо быть очень внимательным к тому, как протекает данный процесс? Начало обучения в школе — это очень напряженный период, который требует максимальной мобилизации интеллектуальных способностей и физических сил. Школа кардинально изменяет образ жизни ребёнка. Процесс знакомства со школой, её правилами, учителем и сверстниками очень труден для ребёнка своей новизной. А ситуация новизны для каждого человека является тревожной, вызывающей беспокойство. Это характерно и для взрослых, а уж тем более, для ребёнка, который недавно покинул знакомые и родные стены детского сада, где были такие знакомые воспитатели, друзья, все правила поведения. Попадая в школу, ребёнок начинает ощущать эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за того, что в его жизни появляется новый взрослый — учитель, которого он ещё не знает, он знакомится сразу с большим количеством детей. Для него все школьные правила — новые, всякое дело для первоклассника ново, и трудности могут возникнуть там, где взрослый их и не предполагает.

Период адаптации к школе существует у всех первоклассников. Только у одних он длится один месяц, у других — одну четверть, у третьих — растягивается на весь год. Многое зависит от индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него

предпосылок овладения учебной деятельностью, от сформированности положительных эмоциональных установок по отношению к школе.

Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребёнка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своём развитии. Многое на этом пути зависит от родителей первоклассника.

Теперь давайте поговорим о том, как вы родители можете помочь своему ребенку преодолеть этот нелегкий период в его жизни.

1. В первую очередь проявите максимум терпения и доброжелательности к своему чаду:

- будите ребенка спокойно: проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос;
- прия с ребенком в школу, постарайтесь обойтись без нравоучений, так как они ничего, кроме утренней усталости, не дают;
- встречая ребенка в школе после уроков, порадуйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно, без вас, целых три часа. Терпеливо выслушайте его, похвалите, поддержите и, ни в коем случае, не ругайте – ведь пока еще не за что.

2. Что же делать, если появились первые трудности?

- будьте щедры на похвалу, для первоклассника сейчас это очень важно. Замечание должно быть конкретным, а не касаться личности ребенка. Он не неряха, просто сейчас у него в тетради маленький беспорядок.
- ни в коем случае не сравнивайте ребенка с другими детьми. Это ведет либо к озлоблению, либо к формированию неуверенности в себе;
- серьезно, по-взрослому объясните ребенку правила поведения в школе. Можно посетовать на огорчение, которое он доставляет вам плохим поведением, но обязательное правило – делайте это наедине, не ставьте ребенка в неловкое поведение ни перед другими взрослыми, ни перед сверстниками (особого внимания в этом отношении требуют дети, которые не посещали детский сад, а воспитывались дома). Ребенок должен знать, что у вас он всегда найдет поддержку, сочувствие, должен быть уверенным, что вы поможете ему найти выход из любой трудной ситуации.

И еще... Я не встречала родителей, которые бы обижались на своих детей за испачканные пеленки, а вот за испачканные тетрадки – сколько угодно. Хотя и в том, и другом случае период марания неизбежен. Ребенку не нужна позиция прокурора, которую так часто занимают родители: «Будешь переписывать пять раз, пока не получится хорошо!» Помните, пожалуйста, это не допустимо! Отдельного внимания заслуживает режим дня – это старый и надежный способ поддерживать здоровье первоклассника. Сон не менее 10 часов в сутки, обязательное полноценное питание, физические упражнения. Оправданным будет ограничение просмотра телепередач до 30 минут в день. Хорошо восстанавливают эмоциональное благополучие ребенка длительные (до двух часов) прогулки на свежем воздухе. Для успешной адаптации так же очень важно, чтобы атмосфера в семье была спокойной и стабильной. Неправильные методы воспитания, неудовлетворенность в общении, неадекватное осознание своего положения в группе сверстников, конфликтные ситуации в семье и школе – все это затрудняет вхождение ребенка в новую полосу жизни. Итак, как ребенок будет учиться, станет ли радостным и счастливым этот период в жизни семьи или вскроет ранее невидимые трудности, во многом зависит от вас, уважаемые родители, и помните: «Дорога наша жизнь, но дороже детей нет ничего».

А теперь мы перейдем с вами к практическим упражнениям, которые помогут вам лучше усвоить полученные рекомендации.

Упражнение «Кто я? Какой я?»

Цель: способствовать рефлексии, раскрытию собственной индивидуальности, осознанию многообразия своих социальных ролей.

Я раздам вам листочки, которые разделены на две половинки. Каждая половина содержит вопрос, на который ниже нужно будет написать по 8 ответов. На выполнение 5 минут. (*Родители в течение отведенного времени отвечают на вопросы «Кто я?» и «Какой я?».*) А теперь давайте прочтем, какие качества вам удалось в себе обнаружить.

Итак, мы попытались с вами заглянуть в собственную индивидуальность. Оказывается, мы все разные и освоили в своей жизни не менее 8 социальных ролей. Лучше всего нами освоены «взрослые» роли, но давайте вспомним про то, что и мы сами были когда-то детьми.

Упражнение «Детское фото»

Цель: актуализация детских впечатлений, осмысление своего детского опыта.

Вы принесли с собой свои детские фотографии. Посмотрите внимательно на них. Постарайтесь вспомнить этот период вашей жизни, ваших родителей, то, какими они были. Вашу первую учительницу, ваше самое первое сентября. За какой партой вы сидели, с кем дружили? Припомните, чего вы ждали от школы, с чем были связаны ваши надежды и страхи. Важно ли было для вас, гордятся ли вами ваши родители? Какой поддержки вы ждали от них? Что делало вас счастливыми и что вас огорчало? Вспомните ваши первые победы и разочарования. Погрузитесь на время в ваше детство. Можете закрыть глаза.

Включается спокойная музыка на 5 – 8 минут.

Итак, вы пережили вновь ваши детские впечатления. Подумайте, похожи ли на вас ваши дети? Вы знаете, все мы давно выросли, но порою очень важно ощущать то, что внутри нас продолжает жить маленький ребенок со своими страхами и обидами, счастливыми моментами и трагедиями. Вспоминайте чаще себя в детстве. Это поможет вам лучше понимать своих детей. У них ролевой репертуар тоже достаточно широк (они дочери или сыновья, внуки, ученики, друзья и т.д.), но у многих еще не установилась самооценка. Мы можем помочь детям в формировании и того и другого. Давайте им обратную связь, не оставляйте без ответа их вербальные или невербальные запросы, оказывайте им поддержку и помошь.

Заключительная часть.

В заключение, хотелось бы пожелать вам, уважаемые родители: ежедневно выкраивайте время, чтобы побывать с ребенком наедине. Ведь, чтобы нормально расти, ребенку нужна любовь, уверенность в своих силах, в своей значимости и ценности для нас, взрослых.

Психолог раздает родителям приготовленные памятки и отвечает на возникшие вопросы.

«Итоги адаптационного периода первоклассников к школе»

Цель: ознакомление родителей с результатами адаптации их ребенка к обучению в школе.

Форма проведения: групповая консультация.

Участники: родители первоклассников.

Подготовительная работа: бланки с результатами исследования вероятной дезадаптации первоклассников (приложение 5).

Уважаемые родители, уже прошло полгода, как ваш малыш переступил порог школы, и можно подвести итоги, как он к ней адаптировался. Адаптация – это длительный и сложный процесс, связанный с приспособлением к основным школьным требованиям. Обычно он составляет от 1 до 2 месяцев. Есть первоклассники, у которых этот процесс затягивается. У некоторых полноценной адаптации к школе на первом году обучения так и не происходит. Многое зависит от индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью, от сформированности положительных эмоциональных установок по отношению к школе, одноклассникам, учителю.

Проведенное психологическое исследование вероятной дезадаптации учащихся вашего класса показало, что процесс адаптации складывается благополучно для **(количество детей)** детей: для них характерна положительная эмоциональная установка по отношению к школе и дому, преобладание положительных эмоций, уверенность в себе и активность в общении. **(количество детей)** детей испытывают трудности в той или иной сфере жизнедеятельности. У **(количество детей)** первоклассников отмечается школьная дезадаптация.

Давайте, сейчас обратимся к результатам исследования адаптации ваших детей. У каждого из вас есть бланки с результатами ваших детей. Обратите внимание, что у **(количество детей)** первоклассников отмечается положительная установка по отношению к школе. У **(количество детей)** детей - неустойчивое отношение к школе, которое может измениться на негативное и привести к возможной дезадаптации в случае возникновения трудностей в обучении и получении замечаний. Таким детям нравится в школе, когда там бывает интересно и когда их там хвалят, в противном случае они начинают капризничать и не хотят посещать школу. Для этих детей ведущей все еще является игровая деятельность, а не учебная. Таким детям в процесс обучения нужно включать игровые элементы. Интересные мысли насчет игрового обучения высказал древнегреческий философ Платон: «Не насищенно преподавай детям науки, а посредством игры». Усиление интереса к игре помогает первокласснику снять напряжение. Игровая деятельность с возрастом сойдет «на нет», но если стараться её искоренить, то это не принесет ребенку никакой пользы.

Период адаптации сопровождается нарушениями регуляции, эмоциональным напряжением, ощущением дискомфорта, а становление новых форм реагирования — значительными затратами и перегрузками. Поэтому важно знать **эмоционально-энергетические особенности ребёнка**.

В данном классе у всех детей отмечается устойчивый эмоциональный фон (преобладание положительных эмоций).

(количество детей) детей имеют средний или хороший энергетический уровень. У этих детей оптимальная работоспособность, для них характерна здоровая активность, готовность к энергозатратам; либо происходит самовосстановление оптимальной работоспособности за счёт периодического снижения активности. **(количество детей)** детей

работают на пределе своих возможностей, что может привести к быстрому истощению или переутомлению. Таким первоклассникам требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, возможно снижение нагрузок. Необходимо сохранить дневной сон, ограничить просмотр телевизора и время, проводимое за компьютером. Хорошо помогают снять напряжение бег, подвижные игры, плавание. И, наконец, очень важно ограничить время приготовления уроков. Оно не должно превышать одного часа.

Следующий параметр, который мы с вами рассмотрим это **тревожность**. У (**количество детей**) учащихся тревожное эмоциональное состояние находится в **норме**, это ситуативная реакция организма, мобилизующая его физиологические ресурсы и обеспечивающая готовность к возможным “неприятностям”.

Повышенный уровень тревожности испытывают (**количество детей**) учащихся. У этих детей преобладают пессимистические установки: ожидание неудач, неприятностей, неуспеха. **Высокая** тревожность отмечается у (**количество детей**) первоклассников, что говорит об эмоциональной дестабилизации детей: они не могут адекватно справляться с возникающими жизненными трудностями, возможно снижение активности и торможение развития, искажение самовосприятия и самооценки, развитие невроза.

(**количество детей**) учащихся — с **пониженной** тревожностью. Чаще всего эти дети избалованы, беспечны, не замечают изменения ситуаций и поэтому отличаются неадекватностью и инертностью поведения. У них отсутствуют предупредительные мобилизующие реакции в ситуациях с неопределенным исходом, вследствие чего они оказываются неподготовленными к быстрой перестройке своих действий.

Вообще, тревожность ситуативна и формируется, чаще всего, под влиянием семейных отношений. В семьях, где чаще бывают конфликты между супругами, ребенок растет тревожным, неуверенным, т.к. семья не может удовлетворить его основные потребности в безопасности и любви. Следствие: общая неуверенность в себе и склонность панически реагировать на некоторые трудности автоматически переносятся на школьную жизнь. Также тревожность может возникнуть на фоне завышенных ожиданий родителей, когда реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших (с их точки зрения) результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют по несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют. Следствие: растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих. Поэтому очень важно реально оценивать возможности своего ребенка, чаще хвалить и восхищаться им, если у него что-то получилось. На жалобы о том, что что-то не получается, отвечать: “Получится обязательно, только нужно ещё несколько раз попробовать”. Важно формировать высокий уровень притязаний. И самим верить, что Ваш ребёнок может всё, нужно только чуть-чуть помочь ему. Хвалите словом, улыбкой, лаской и нежностью. Постарайтесь дома сохранить спокойную обстановку, в которой ребенку было бы комфортно.

Детей, у которых пониженный уровень тревожности, нужно терпеливо и последовательно обучать способам адекватного реагирования на требования окружающих и приучать реагировать на эти требования, тем самым, развивая у них самоконтроль и самокорректировку действий.

А сейчас давайте обратимся к **личностным особенностям** ваших детей. В целом в вашем классе (**количество детей**) детей с адекватной самооценкой. Это дети, которые спокойно переносят свойственные периоду адаптации трудности и неудачи, понимая, что они временные, сохраняя привычный уровень активности. У (**количество детей**) первоклассников достаточно хорошо развиты коммуникативные способности — их потребность в общении удовлетворена и они активны во взаимоотношениях с окружающими. При этом (**количество детей**) первоклассников свойственно ощущение

собственной незначимости, ненужности; у (**количество детей**) — не достаточно сформированы коммуникативные навыки.

Ребенку всегда необходима моральная и эмоциональная поддержка. Родителям очень важно содействовать формированию положительного образа «Я», снизить планку достижений, расширить сферу проявления самостоятельности, что бы ребенок мог познавать различные аспекты самого себя и видеть результативность собственных действий. Важно показывать ребенку, что вы любите его не за какие-то достижения, а любите, цените, принимаете вообще как собственное дитя, безусловно, не за что-то, а вопреки всему. Если у ребенка что-то не получается, помогите принять обучающую роль ошибок. Не стоит слишком сильно оберегать от совершения ошибок. Важно помочь осмыслить тот позитивный опыт, который был получен. Ключевая фраза, которая здесь может помочь: «Поражение – прекрасная возможность научиться чему-то новому».

Также важно учить детей коммуникативным навыкам общения, обсуждать причины ссор и конфликтов, учить принимать во внимание настроение и желание партнера.

Уважаемые родители, помните, что первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период ребенок совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии. И многое на этом пути зависит от Вас.

«Ребята и зверята»

Цель: осознание и принятие индивидуальных психологических особенностей ребенка.

Задачи:

- повысить интерес и внимание родителей к внутреннему миру их ребенка;
- способствовать принятию родителями типологических особенностей характера их детей;
- предложить практические рекомендации по воспитанию ребенка в семье.

Форма проведения: тренинг.

Участники: родители первоклассников.

Подготовительная работа: бланки анкеты на каждого родителя (приложение 6), видеозапись мультфильма «Завтра будет завтра» по сказке Г. Остера, рекомендации (четырех типов) для родителей (приложение 7).

Материалы: мягкие игрушки (до 30 штук), музыка, ручки, портреты героев мультфильма «Завтра будет завтра», черный цветок «Неприятие», красный цветок «Принятие».

ХОД ЗАНЯТИЯ

Столы расположены в форме круга, на столах анкеты и ручки. У входа в кабинет – стол, на котором множество мягких игрушек. Психолог, встречая родителей, предлагает каждому родителю на свой вкус выбрать игрушку и занять место за столом.

Вступление.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о характере ребенка. Каждый из вас выбрал игрушку, поэтому я сейчас попрошу всех желающих по кругу рассказать о своем ребенке с позиции: «Я выбрал (а) эту игрушку, потому что она мне понравилась тем...»; «А мой ребенок похож (не похож) на неё, потому что...».

... Спасибо всем!

Основная часть.

С первых дней жизни дети отличаются друг от друга не только внешними данными, но и индивидуальными психологическими особенностями. Именно сейчас есть смысл вернуться в прошлое и вспомнить, как развивался ребенок в первые три года жизни.

Перед вами лежат анкеты. Заполните их, пожалуйста (*каждый родитель заполняет анкету*).

А сейчас давайте посмотрим, что у вас получилось (*интерпретация результатов анкеты*).

Наверное, каждый из вас смотрел мультфильм по сказке Г. Остера «Завтра будет завтра», где главными героями являются попугай, мартышка, слоненок и удав. Сейчас я предлагаю вам ещё раз посмотреть видеозапись мультфильма и внимательно понаблюдать за его героями. Среди них – ваши дети. (*Просмотр мультфильма*).

«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ»

«ПОПУГАЙ» (I) отличается преобладанием спокойного поведения и положительных эмоций. Такой ребенок, если его правильно воспитывают, спокоен, весел, плачет редко и только по существу. Сон у таких детей глубокий, нечувствительный к шуму, засыпают они быстро. Безболезненно привыкают к режиму дня, легко вступают в контакт со сверстниками, что способствует формированию их общительности.

Могут подолгу и сосредоточенно заниматься делами, требующими усидчивости, и с не меньшим желанием играть в подвижные игры. Взрослым, как правило, легко с такими детьми. Но если дома нарушаются основные правила воспитания (режим сна и питания, общение с ребенком), ребенок, по природе уравновешенный, может стать раздражительным, капризным, нарушается его сон и аппетит.

Итак, главные черты нашего «попугайчика» - оптимизм, общительность и быстрота. За ним можно и не поспеть, он – заводила, живчик, но в нем все очень гармонично, он все успевает и на все реагирует.

«МАРТЫШКА» (II) очень активна, подвижна, живо реагирует на все окружающее. Природная живость этих детей способствует формированию у них склонности к занятиям, требующим движения и быстроты. Поэтому у такого ребенка надо с самого начала воспитывать умение сосредоточенно и спокойно заниматься делом, наблюдать за окружающим.

Однако и навязывать свое желание такому ребенку не удается – это приводит к отказу от предлагаемого занятия. Если же с «мартышками» специально не заниматься и не заботиться о развитии у них усидчивости, терпения, устойчивого внимания, у них может проявляться рассеянность и отвлекаемость. Это будет мешать усвоению знаний.

Эмоции такого ребенка очень ярки. Если он сердится, то с гневом, и его трудно утихомирить. С ним нелегко в обыденной жизни, и родители уже вздыхают: «Характер!»

«СЛОНЕНОК» (III) отличается спокойным поведением без бурного выражения эмоций. Смех он заменяет улыбкой. Дети этого типа медлительны, невозмутимы и благодаря ровному, спокойному поведению обычно не доставляют хлопот. Напротив, их медлительность может раздражать родителей. От взрослых здесь требуется изрядное терпение.

«Слонята» отдают предпочтение обычным занятиям, настольным играм, любят рассматривать картинки. Они часто равнодушны к подвижным играм. Если

специально не позаботиться о том, чтобы помочь ребенку стать более активным, он может расти безынициативным, необщительным, односторонне развитым. При всем этом, он все-таки из тех, кто «тихо едет, но дальше будет».

«УДАВ» (IV) очень чувствителен ко всему происходящему вокруг. Он чутко реагирует на настроение окружающих, самые малозаметные причины могут огорчить его и вызвать плач.

Если такого ребенка ничего не беспокоит, он приветлив и выражает радость. Если недоволен чем-то, хнычет, чтобы привлечь внимание взрослых.

«Удавчики» остро переживают обиды. Они быстрее, чем другие дети, устают, поэтому им не всегда подходит режим, рекомендуемый для других детей этого возраста.

В обществе сверстников они могут чувствовать себя неуютно и беззащитно, постоянно переживая обиды, огорчаясь, плача, стараясь уединиться. Свойственная этим детям повышенная восприимчивость способствует развитию у них чуткости, деликатности и отзывчивости.

Работа в группах.

А сейчас я предлагаю вам объединиться по полученным результатам анкетирования в четыре группы и поработать сообща (*на стол каждой группе ставится картинка – психотип (попугай, мартышка, слоненок, удав)*). На столе у каждой группы – лист с рекомендациями по воспитанию детей каждого типа. Зачитайте «советы» и выразите к ним свое личное отношение, расскажите о том, как удается каждому в своей семье решать те или иные проблемы в воспитании ребенка.

Родители работают в группах в течение 5 минут, а затем выбирают выступающего, который высказывает мнение группы относительно данных рекомендаций.

Спасибо всем за участие!

Заключительная часть.

Иногда, что греха таить, родителям «не устраивает» характер ребенка, данный ему природой, и они пробуют его изменить, «улучшить». Прежде всего, и часто неосознанно, характер ребенка подавляется личным отношением родителей. В чем это проявляется? (*Родителям представляется черный цветок «Неприятие».*)

В таком отношении к ребенку – причины детской нервности или трудностей в поведении, и одно из звеньев формирования неврозов. Как же быть?

Если родителям удастся вовремя всмотреться в ребенка и в себя, задуматься и принять меры по устранению отклонений, значит, им удастся и предупредить детские проблемы. Мудрые и любящие родители никогда не допускают, чтобы их ребенок был несчастливым. В каждом ребенке есть некая изюминка, которую родители обязаны найти, сохранив у ребенка чувство достоинства и радость жизни. (*Предъявляется красный цветок «Принятие» и заполняется с помощью родителей. Варианты: желанный; похожий; такой, как он есть; любимый; интересный и т.д.*)

Я благодарю всех присутствующих за совместную работу, которая, надеюсь, внесет новизну в вашу воспитательную деятельность.

Проводится рефлексия.

«Мудрость ангелов»

Цель: осознание качеств характера своего ребенка.

Форма проведения: игра.

Участники: родители учащихся с 1 по 4 класс.

Подготовительная работа: притча о двух ангелах.

Материалы: листы, ручки.

ХОД ИГРЫ

Здравствуйте, уважаемые родители! Я предлагаю вам сейчас обратиться к вашему родительскому опыту, с **целью** осознать качества характера своего ребенка.

Задание 1

Подумайте, пожалуйста, в течение 1 минуты, как можно продолжить фразу «**Мой ребенок...**»

А теперь свяжите эту фразу с чертами характера своего ребенка и в течение 5 минут письменно 10 раз продолжите ее в разных вариантах, указывая черты характера вашего ребенка. Например: «Мой ребенок аккуратен», «Мой ребенок невнимателен».

Осталась 1 минута, вам необходимо завершить работу.

Посмотрите на качества, которые вы написали. Разделите их на две группы:

1-я — те, которые вас устраивают в вашем ребенке;

2-я — те, которые вы бы хотели изменить в нем.

Посмотрите, каких качеств больше — положительных или отрицательных? Выберите, с какими из отрицательных качеств вы хотели бы сейчас поработать, отметьте их для себя. Отложите на время свои листочки.

Задание 2

Теперь я предлагаю вам обратиться к своему житейскому опыту. Представьте, что вы сейчас находитесь перед большим современным супермаркетом. В нем три этажа:

- на 1-м этаже продаются товары с заведомым браком, низкого качества;
- на 2-м этаже — обычные товары средней цены и качества;
- на 3-м этаже продаются самые лучшие, качественные, добрые, шикарные вещи.

На каком этаже вы бы хотели приобретать товар? (*Родители отвечают по очереди.*)

Когда у нас появляется ребенок, мы всегда хотим, чтобы он соответствовал «третьему этажу» — был умный, добрый, посещал музыкальную школу или школу с углубленным изучением иностранного языка. Может быть, воплотил наши несбывшиеся мечты...

Но, к сожалению, в жизни так не бывает. **Каждый ребенок уникален. В нем есть что-то от 1-го, 2-го и 3-го этажа.**

И ваш ребенок не исключение, вы убедились в этом. В нем есть то, что вам нравится, и то, что вы бы хотели изменить.

Задание 3

Работа проходит в группах по 5–6 человек. Группы делятся по любому признаку — на усмотрение психолога.

Посмотрите на качества, которые вы выделили в своем ребенке, требующие, по вашему мнению, изменения. Выберите два из них, которые являются для группы более или менее общими.

Я предлагаю вам сейчас прорекламировать эти качества с целью их продажи — то есть в этих качествах, чертах характера надо найти положительные моменты и рассказать об этом так, чтобы другие группы захотели их купить. Время для работы — 10 минут. (*Предупредить группу, когда пройдет половина времени и за минуту до окончания работы.*) Внимание! Сейчас я предлагаю вам выбрать выступающего и прорекламировать качества характера, с которыми вы работали в группах. *Один человек от группы представляет рекламу, участники других групп помечают у себя те качества, которые они захотели приобрести.*

Сейчас я предлагаю желающим по кругу назвать качества, которые они решили приобрести, по возможности прокомментировав причину своего выбора (например: упрямство, так как это близко к настойчивости...).

Задание 4

Обсуждение в кругу:

- Легко ли вам было выполнять эту работу?
- В чем сложность?
- Увидели ли вы что-то новое в этом качестве, черте характера?
- Согласны ли вы с тем, что эти черты характера нужны в жизни человека?
- Насколько после проделанной работы вы их принимаете?

В процессе обсуждения психолог подводит участников группы к пониманию того, что все эти качества необходимы в жизни каждого человека.

В заключение я хотела бы рассказать вам притчу, которая, возможно, поможет взглянуть на старые проблемы по-новому.

ПРИТЧА О ДВУХ АНГЕЛАХ

Однажды по земле путешествовали два ангела: старый и молодой. В один из вечеров, уставшие и обессиленные, они попросились на ночлег в дом к богатому человеку. Он пустил странников, но, будучи скрытым и негостеприимным человеком, предоставил им ночлег в сарае.

Там было холодно, темно, сырьо. Несмотря на усталость, молодой ангел долго не мог уснуть. А когда ему все-таки удалось погрузиться в сон, его разбудил какой-то шум.

Проснувшись, он увидел, что старый ангел старательно заделывает дыру в стене. Молодой ангел был удивлен, он несколько раз предлагал старому бросить это дело и постараться отдохнуть перед предстоящей дорогой, но получал упорный отказ.

Утром молодой ангел, не скрывая любопытства, спросил у старого:

— Зачем ты помог этому человеку, ведь он так плохо обошелся с нами?

— Не все является тем, чем кажется, — ответил его спутник.

На следующий вечер, подыскивая ночлег, путешественники остановились у дома бедного человека. Хозяин радушно встретил их, поделился своим ужином и даже предоставил единственную кровать в доме, а сам с женой ушел в сарай.

Утром ангелов разбудил крик хозяина и плач его жены. Оказалось, что в эту ночь умерла их корова — единственная кормилица и надежда семьи.

Молодой ангел, испытывая крайнее удивление, обратился к старому:

— Почему ты не поможешь бедному человеку? — сказал он. — В прошлый раз ты помог тому, кто так плохо обошелся с нами, а в этот раз ты бездействуешь, когда в твоих силах спасти эту семью?

На что старый ангел ответил:

— Не все является тем, чем кажется!

Продолжая путешествие, молодой ангел никак не унимался, он упрекал старого ангела, обвинял его и не мог смириться с происшедшим.

— Не все является тем, чем кажется, — ответил в третий раз старый ангел. — В прошлую ночь, когда мы были в доме у богатого человека, я увидел в стене сарай клад — и замуровал его, чтобы тот не достался хозяину дома. А в эту ночь приходила смерть за женой бедняка, и я откупил ее, отдав корову.

Надеюсь, что эта притча поможет вам переосмыслить то, что происходит между вами и вашими детьми. Нужно помнить, что **нет в мире плохого и хорошего. Все зависит от того, как ты на это смотришь.**

«Неуверенность в себе»

Цель: содействие в понимании родителями проблем, вытекающих из неуверенности ребенка, повышение эффективности их помощи детям.

Форма проведения: семинар.

Участники: родители учащихся с 1 по 5 класс.

Подготовительная работа: памятки родителям «Как помочь ребенку стать уверенными?» (приложение 8).

Материалы: сказка К. Ступницкой «Маленькая волна».

ХОД СЕМИНАРА

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня наше родительское собрание пройдет в форме семинара, на котором мы попробуем разобраться, как же помочь ребенку вырасти уверенными в себе.

Каждому человеку знакомо чувство неуверенности в себе, когда ты сам себе кажешься неумелым, некомпетентным, а будущее — туманным. И, кажется, что окружающие замечают твое внутреннее смятение, тревогу. Неуверенность как чувство является абсолютно нормальным, но для некоторых детей, подростков, взрослых оно становится привычным, почти постоянным будничным чувством.

Вы скажете: ну и что такого? Чем же мешает неуверенность в себе?

Чувство неуверенности в себе, как отмечают многие психологи, является показателем психологической неустойчивости личности. Психотерапевты отмечают связь психических нарушений личности с проявлениями неуверенности. Имеется в виду, что всякая трудная ситуация, требующая мобилизации психических ресурсов, для неуверенного человека может стать травмирующей настолько, что приведет к появлению тех или иных психосоматических заболеваний. А поскольку жизнь — это череда тех или иных различных по трудности ситуаций, то можно сказать, что неуверенные люди (а дети тем более) чаще болеют.

Неуверенность напрямую связана с самоотношением, или, другими словами, с образом самого себя. Понятно, что неуверенные люди оценивают свои способности и возможности ниже, чем это есть на самом деле. Они могут быть недовольны своей внешностью, хотя в реальности она может быть замечательная. Им трудно вступить в близкие отношения, потому что будет мешать чувство собственной малоценности. Какие чувства будут сопровождать их жизнь? Тревога, сомнение, стыд, вина, печаль.

Вы можете спросить: если общая картина неуверенности настолько мрачна, как будут учиться неуверенные школьники? Наверное, плохо? Однозначно ответить на этот вопрос нельзя. Есть неуверенные дети, которые стесняются отвечать на уроках, пасуют перед любыми трудностями и действительно учатся ниже своих возможностей. Но есть и другие неуверенные, которые блестяще успевают, для которых величайшим страхом является помарка в тетради, ошибка, невыученный урок, четверка. Да, они учатся хорошо. Но ценой сильнейшего внутреннего напряжения, а часто и болезней.

Часто ли мы встречаемся с неуверенными людьми? Чаще, чем думаем, поскольку неуверенность может надевать различные маски. Маски неуверенности – застенчивость и самоуверенность. Каковы ее причины? Давайте попробуем услышать и «увидеть» причины неуверенности через сказку К. Ступницкой.

Маленькая Волна

Давным-давно в синем море родилась Маленькая Волна. Была она слегка зеленоватая, с аккуратным белым гребешком, который так шел ей. Были у нее родители — Большие Голубые Волны. Иногда они плавали далеко от берега, у самого горизонта, иногда подплывали к какому-нибудь берегу. У них были друзья-волны, взрослые и дети. Дети-волны были большие шалуны. Они любили играть в догонялки, сбивая взрослых с ног. У берега они шумели так громко, что их задорный плеск слышался далеко-далеко. Иногда они подхватывали какую-нибудь щенку или ракушку и бросались ей друг в друга. Не такой была наша Маленькая Волна. Всем она казалась серьезной идержанной девочкой. Она никогда не капризничала, как другие, не шумела, все, о чем бы ни попросили ее старшие, она делала, даже тогда, когда ей этого не очень хотелось. Некоторым это казалось странным, но большинство было ей довольно, ведь с ней совсем не было хлопот. Сама Маленькая Волна тоже замечала, что отличается от других детей. Она часто плавала в стороне, когда другие дети-волны затевали свои шалости. Маленькая Волна почему-то была убеждена, что нужно быть послушной. Обычно ей это давалось легко. Но были и такие случаи, когда это было непросто. Например, когда однажды она увидела, как двое мальчишек-волн подхватили маленькую рыбешку и стали ей перебрасываться, а та не могла от них убежать. Маленькая Волна тогда сильно разозлилась, ей даже захотелось ударить одного из них, но она тут же себя одернула. Ведь волнам нельзя злиться. Все знают, что, когда волны злятся, могут произойти очень плохие вещи — например, кораблекрушение. Были и другие случаи, когда Маленькая Волна злилась, но всякий раз ей удавалось сдержаться. Но вот беда, Маленькая Волна не знала, что даже когда злость сдерживаешь, она никуда не девается, а остается внутри тебя. Сама того не замечая, Маленькая Волна стала потихоньку расти и темнеть. Однажды темя послала ее нести к берегу большую доску. Доска эта была слишком тяжелой для маленькой волны. К тому же приближалось ее любимое время — время заката. Она хотела полежать и посмотреть, как тает солнце в море и появляются первые звезды. Но поскольку Маленькая Волна была послушной и взрослым не перечила, она понесла доску к берегу. Она подумала, что если успеет до заката. У берега в это время плескались другие дети-волны. Заметив Маленькую Волну с ее ношей, они решили ее подразнить. Выхватили доску и стали ей перебрасываться. Маленькая Волна очень разозлилась: они забавляются, а ей надо выполнить задание, к тому же солнце уже начало садиться. Наконец ей удалось забрать у них доску и выбросить на берег. Усталая, она возвращалась обратно, но солнце уже почти село. И тут ей стало так обидно! Она плыла и чувствовала, что никак не может унять свою злость. Та становилась все больше и больше, и сама Маленькая Волна тоже увеличивалась. В какой-то момент она с ужасом поняла, что ее гребень поднялся высоко-высоко. Ее было не узнать — она стала совсем черной. Все внутри напряглось и зашипело. Глянув вниз, она увидела рыбака в лодке и поняла, что обрушится прямо на него. Шум внутри нее все нарастал, и вдруг она с грохотом упала, разлетевшись на тысячу брызг. Лодка рыбака сломалась, и его увлекло в море. Но Маленькая Волна уже этого не замечала. Она чувствовала удивительную силу. Рассыпавшись на брызги и пошумев, она вновь собралась. Теперь она была гораздо сильнее, чем раньше. Она повернула обратно, подхватила рыбака и вынесла его на берег. Когда она вернулась, взрослые волны стали хвалить ее за то, что она спасла человека. Она и сама была этому рада. Но еще больше ей нравилось то чувство, которое она теперь испытывала: вся

злость, что была в ней раньше, выплыла, и теперь внутри освободилось место для чего-то другого, а те силы, которые раньше она тратила на то, чтобы злость сдерживать, теперь вернулись к ней. На следующий день, когда Маленькая Волна проснулась, ей так захотелось побегать, что она, забыв про все запреты, побежала играть в догонялки вместе с другими детьми-волнами. После вчерашнего она знала, что иногда стоит сделать то, что хочется.

Итак, какое знание о причинах неуверенности дала нам эта сказка?

Вы совершенно правы, когда говорите, что нередко родители от огромной любви к своему ребенку, желая оградить его от опасностей внешнего мира, дать ему как можно больше всего-всего, лишают ребенка самостоятельных действий, решений, ошибок, то есть опыта самостоятельного преодоления трудностей. В особо острой ситуации находятся дети, родители которых достигли значительных социальных успехов. А ребенок, горячо любя своих родителей, гордясь ими, невольно сравнивает с ними себя, чувствует свою неумелость еще сильнее. И постепенно привыкает жить с почти постоянным чувством неуверенности, которая, как мы уже говорили, в поведении может проявляться по-разному.

Сейчас я зачитаю вам ситуации и варианты реагирования на них, а вы ответите, к какому поведению относятся данные варианты: застенчивому, уверенному или самоуверенному.

Дима второй раз подряд просит Петю подежурить за него в классе. Петя отвечает: «Ты что, не можешь заставить кого-то? Или вообще забей на дежурство, вот еще проблему нашел — дежурство». (Самоуверенный.)

Лена стала в последнее время грустной и молчаливой, держится от всех в стороне, даже от лучшей подруги Маши. Маша подходит к ней: «Мне кажется, что ты чем-то подавлена. Может быть, нам попробовать обсудить нашу ситуацию?» (Уверенный.)

Марину не устраивает оценка по контрольной работе, ей кажется, что учитель занизил ее оценку. Она говорит учителю: «Не считаете ли вы... Если бы вы могли... Не согласитесь ли вы, что я заслуживаю более высокой оценки?» (Застенчивый.)

Мама обещала поговорить с папой о возможности интересной поездки для Миши, но до сих пор не сделала этого: «Я думал, что мы с тобой договорились, что ты поговоришь с папой обо мне. Но этого не произошло. Мне кажется, что это можно сделать сегодня». (Уверенный.)

Сосед Леши ведет себя на самоподготовке очень шумно, вертится и мешает Леше. Леша говорит ему: «Да заткнешься ты, наконец! С такими легкими заданиями справиться не можешь!» (Самоуверенный.)

Если посмотреть с позиций этих масок на окружающих, то, сколько неуверенных мы увидим вокруг себя!

Как же помочь ребенку стать уверенным?

1. Уважать его душевный настрой. Бывает: то, что ребенок говорит, родителям кажется глупостями. Но это не всегда так. Ребенок имеет право чувствовать и говорить то, что хочет, если это не приносит вреда окружающим.

2. *Проявлять уважение к намерениям.* Ребенок имеет право хотеть то, что он хочет. Однако ему нужно объяснять, что не все желания нужно выполнять немедленно, а некоторые и вообще не стоит выполнять.
3. *Дарить безусловную любовь.* Дети должны чувствовать, что им не требуется специально делать что-то, чтобы заработать любовь. Очень полезно задавать себе вопрос: «Всё ли я делаю для того, чтобы поступками моего ребенка двигала любовь, а не страх?»
4. *Помочь ребенку почувствовать собственную значимость* через освоение самостоятельности. Можно составить контрольный список обязанностей и требовать выполнения. Ни в коем случае не делать за ребенка то, что он уже может сделать сам, пусть иногда медленно или не совсем хорошо. Поддерживать принятие детьми самостоятельных решений.
5. *Помочь принять обучающую роль ошибок.* Не стоит слишком сильно оберегать от совершения ошибок. Важно помочь осмыслить тот позитивный опыт, который был получен. Ключевая фраза, которая здесь может помочь: «Поражение – прекрасная возможность научиться чему-то новому».
6. *Содействовать формированию положительного образа «Я».* Ребенок должен знать, прежде всего, о своих достоинствах, а потом уже о недостатках. Подчеркивать личные заслуги детей.
7. *Давать выражать свои чувства открыто.*
8. *Помогать ребенку верить в интуицию.*
9. *Напоминать ребенку, что он вам нужен, необходим, играет важную роль в вашей жизни.*
10. *Позволять ребенку расти в соответствии со своими физиологическими и личностными возможностями и способностями.* Он не обязан абсолютно соответствовать образу, желаемому родителями. Часто ребенок, горячо любя своих родителей, сильно переживает, что не может быть таким, каким они хотят его видеть. И от этого результаты его деятельности только ухудшаются.

В заключение мне хотелось бы пожелать всем родителям: обязательно поддерживайте и помогайте своим детям, одобряйте даже за небольшие успехи и достижения. Не бойтесь лишний раз показать свою любовь к ним. Это только укрепит их уверенность в своих силах и возможностях и поможет в различных трудных жизненных ситуациях.

«Формирование у детей ответственности»

Цель: психологическое просвещение родителей по проблеме формирования у детей ответственности.

Форма проведения: семинар.

Участники: родители учащихся с 1 по 4 класс.

Подготовительная работа: памятки родителям «Об ответственности» (приложение 9).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление.

Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы с вами попытаемся разобраться, что представляет собой чувство ответственности, и каковы возможности его формирования у детей.

Основная часть.

Каждый из вас понимает, как важно развивать чувство ответственности в детях. Ответственность – это особое качество, которое не дается человеку от рождения, а развивается с годами. Некоторым это дается легко, другим же приходится прикладывать усилия и напрягать волю.

Очень часто ответственность путают с послушанием. Но эти два качества не одно и то же. При послушании от ребенка просто требуют выполнения порученного. А быть ответственным – значит самостоятельно принимать решение и осознанно его выполнять.

СОСТАВЛЯЮЩИМИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ являются:

1. Понимание задачи.

Это знание того, **что** нужно сделать и **как** это сделать. Ребенок многое понимает по-своему. Для ясного понимания задачи нужно, чтобы родители и ребенок все четко обсудили между собой.

2. Согласие с поставленной задачей.

У ребенка должен быть выбор («Что ты будешь делать: возьмешь пылесос или вытрешь пыль?»). Если есть выбор, то чувство ответственности будет проявляться на практике.

3. Умение самостоятельно мотивировать свои действия.

Родители должны учить подрастающего ребенка не только слушаться старших, но и научить его самодисциплине. Можно помочь ему в этом, поощряя похвалой, а по мере взросления он научится видеть перспективу, а не сиюминутный выигрыш.

УРОВНИ ВОСПИТАНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

ПЕРВЫЙ УРОВЕНЬ. Ребенок в качестве помощника.

Впервые принимаясь за какое-то дело, многие дети нуждаются в моральной поддержке и присутствии взрослого. Желательно вместе выполнять разные дела.

ВТОРОЙ УРОВЕНЬ. Ребенок нуждается в напоминании и контроле.

ТРЕТИЙ УРОВЕНЬ. Ребенок выполняет задание самостоятельно.

Ребенок не только сам выполняет всю работу, но и не нуждается в напоминании. Переход на данный уровень – цель наших усилий.

УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

1. Самоуважение.

Все дети нуждаются в положительной самооценке. Уверенный в себе ребенок легче справляется с любой задачей.

2. Разумные ограничения.

Они дают ребенку чувство защищенности, позволяют ему вести себя правильно в обществе, где соседствуют разные ценности.

3. Продолжительность и постепенность.

Ребенок не может стать ответственным сразу, по мановению волшебной палочки. Это происходит постепенно, на протяжении многих лет. Предоставляйте ребенку возможность проявлять самостоятельность, развивать свои способности, но учитывайте его возраст и опыт.

Нужно учитывать, что все дети разные: определите, что **для вас** наиболее важно, что приемлемо **для вашего** ребенка.

Для этого:

- поймите природу своих претензий, определите свои цели;
- учитывайте возрастные особенности ребенка;
- принимайте в расчет особенности характера ребенка;
- учитывайте опыт ребенка – то, что он уже умеет делать: даже неудачный опыт может принести пользу.

Упражнение «Определение ответственности».

Сейчас я предлагаю вам, уважаемые родители, определить, что лежит в основе ситуаций, которые я зачитываю – ответственность, послушание или что-то другое.

Психолог зачитывает ситуации, а родители отвечают.

1. Маша быстро моет посуду, потому что знает, что не сможет посмотреть фильм, пока этого не сделает. (*Послушание*).
2. Аня любит читать. По возвращении из школы в понедельник она сразу же приступает к выполнению домашнего задания по чтению, хотя спрашивать её будут не раньше пятницы. (*Ответственность, т.к. девочка могла бы читать любую другую книгу*).
3. Коля хочет попасть на соревнования по плаванию. Каждый день он ходит в бассейн и тренируется. (*Ответственность*).
4. Ваня обещал принести книгу своему школьному товарищу, но забыл. (*Ни послушание, ни ответственность*).

Упражнение «Уровни ответственности».

А сейчас я предлагаю попрактиковаться в определении уровня ответственности.

Психолог зачитывает ситуации, а родители отвечают.

1. Дима выносит мусор сразу, как только ему об этом напомнят родители (*Нуждается в контроле – второй уровень*).
2. По субботам Оля пылесосит в квартире ковры и только потом идет играть на улицу (*Все делает самостоятельно – третий уровень*).
3. Женя убирает ванную комнату без чьих-либо просьб, но часто забывает что-нибудь сделать (*Нуждается в контроле – второй уровень*).
4. Кира согласилась делать уборку в своей комнате, но ей нужно постоянно помогать, иначе она будет отвлекаться. (*Нуждается в помощи – первый уровень*).

Рефлексия.

По окончании работы родители высказывают свое мнение, задают вопросы. Психолог вручает памятку «Об ответственности».

«Как помочь ребёнку сосредоточиться?»

Цель: анализ основных причин недостаточного внимания школьника, осознание родителями необходимости оказания помощи своему ребенку по развитию свойств внимания.

Форма проведения: тематическое сообщение.

Участники: родители учащихся 1-3 класса.

Подготовительная работа: памятка по развитию внимания ([приложение 10](#)).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Здравствуйте, уважаемые родители!

Сегодняшняя наша встреча посвящена проблемам, связанным с успешностью учебной деятельности ваших детей. Во многом результаты учения напрямую связаны с познавательными процессами, которые формируют способность к интеллектуальной деятельности младших школьников.

Внимание как познавательный процесс входит обязательным компонентом в структуру любого психического процесса и является одним из важнейших условий успешного обучения. Именно поэтому среди родительских наставлений в начале школьного дня чаще всего можно услышать: “Будь внимательным! Не отвлекайся в школе! Соберись на уроке!” Однако если у ребёнка действительно существуют проблемы с развитием внимания, одними требованиями “будь более внимательным” здесь не обойтись. Поэтому очень важно разобраться в возможных причинах недостаточного внимания школьника. Перечислю наиболее распространённые из них.

- **Синдром дефицита внимания с гиперактивностью.** Дети, имеющие подобный диагноз, отличаются избыточной двигательной активностью, импульсивностью, слабой концентрацией внимания, высокой отвлекаемостью.
- **Хронические соматические заболевания, болезненность ребёнка.** Дети, имеющие слабое здоровье, отличаются высокой утомляемостью, низкой работоспособностью. Такие дети нуждаются в обязательном соблюдении режима, дозирование нагрузок, отдыхе (желателен дневной сон). При соблюдении этих условий такие дети могут иметь неплохое внимание.
- **Переутомление и перегрузки.** Жизнь ребёнка наполнена множеством обязанностей. Обычный рабочий день школьника не ограничивается рамками школьных занятий, а включает в себя посещение разнообразных кружков, секций (при этом далеко не каждый ребёнок посещает по собственному желанию). Нередко график ребёнка расписан так, что ученик едва-едва успевает подготовить домашнее задание. Времени на полноценный отдых практически не остаётся, дети плохо высыпаются. Поэтому физические, психологические, информационные перегрузки неизбежно приводят к снижению работоспособности, повышению невнимательности и рассеянности детей.
- **Возрастные ограничения в развитии внимания.** Внимание в этом возрасте ещё слабо организовано, имеет небольшой объём, плохо распределяемо и неустойчиво. Поэтому

важно развивать внимание ребёнка, так как младший школьный возраст является наиболее благоприятным для целенаправленного развития внимания ребёнка.

- **Недостаточная мотивация выполнения деятельности.** Хорошо известно, что даже маленький ребёнок может проявлять завидную внимательность и сосредоточенность, если занимается тем, что ему очень интересно. И если бы детям можно было делать только то, что им нравится, взрослым бы не приходилось волноваться о развитии детского внимания. Как правило, речь о невнимательности детей заходит тогда, когда от них требуется выполнение чего-то малопривлекательного.

Нередко в роли малопривлекательного занятия выступает учебная работа: ребёнок, невнимательный на уроках в школе или при выполнении учебных заданий, может со вниманием заниматься тем, что не связано с учёбой. В этих случаях речь может идти о недостаточном развитии у школьника познавательной учебной мотивации, обеспечивающей его полноценное включение в учебную деятельность.

Развитие внимания ребёнка – процесс достаточно длительный, но необходимый для полноценного психического развития

Чем же вы можете помочь ребёнку?

Наблюдательность и объем:

1. Очень простой способ развития внимания — использование интересных заданий. Например, “Лабиринт”, прослеживание перепутанных линий, поиск скрытых фигур.
2. Можно устраивать в семье конкурсы на самого внимательного. “Самый внимательный” — это тот, кто вспомнит, например, больше деталей просмотренного фильма.
3. Предложите ребёнку рассмотреть предмет и, удалив его из поля зрения, перечислить как можно больше деталей.
4. Ребёнок должен запомнить расположение предметов и при перестановке поставить в первоначальном порядке.

Концентрация внимания:

1. “Сравни две картинки. Найди различия”.
2. Выполняйте с ребёнком задания по типу “Корректурной пробы”, в которых предлагается находить и вычеркивать определённые буквы в печатном тексте. Эта работа должна проводиться ежедневно (по 5 минут в день) в течение 2-4 месяцев.
3. «Арифметический диктант». Родитель читает ребёнку арифметические задачи. Ребёнок должен решать их в уме. Полученные числа также надо держать в уме. А результаты вычислений записать только тогда, когда родитель скажет: «Пиши!». Например: «Даны два числа: 60 и 3. Сложи первое число и второе... и от полученного числа отними 20.... Затем отними ещё 4. ... Пиши!».
4. Детям очень нравятся задания на поиск ошибок в тексте. Придумайте сами предложения или возьмите их из учебника русского языка, сделайте несколько ошибок и предложите ребёнку их найти.
5. «Повтори ритм». Родитель постукивает карандашом по столу определённый ритм, а ребёнок пытается правильно повторить этот ритм.

Распределение внимания:

1. Ребёнку предлагается чтение небольшого текста. Чтение сопровождается негромким постукиванием карандаша по столу. Ребёнок должен запомнить текст и сосчитать количество ударов.
2. Предложите ребёнку считать до 30, заменяя хлопком числа, которые делятся на 3 или содержат 3.

Переключение внимания:

- 1.«Каждой руке – своё дело». Ребёнка просят левой рукой медленно перелистывать в течение 1 мин. книгу с иллюстрациями (запоминая их), а правой чертить геометрические фигуры.
2. «Ищи безостановочно». В течение 10-15 секунд увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (или формы, материала). По сигналу родителя ребёнок начинает перечислять предметы.
3. «Игра индейцев». На столе раскладывается 15-20 мелких предметов, которые прикрываются бумагой или куском материи. Ребёнку показывается кучка предметов на счёт раз - два - три, а затем вновь закрывается. Ребёнок должен перечислить предметы, которые запомнил, и описать их. Можно устроить конкурс — кто запомнит больше.

Данные задания можно предлагать детям в форме игр, соревнований. Проводить их можно не только обязательно отведённое для этого время, но и как бы между прочим, например, по дороге в магазин, на прогулке, во время приготовления ужина и т. д. Самое главное в таких занятиях – заинтересованность вас взрослых, ваше внимание к самому ребёнку, его успехам и достижениям.

В конце занятия психолог проводит рефлексию, отвечает на вопросы родителей и раздает памятки по развитию внимания.

«Плохие слова»

Цель: повышение воспитательной компетентности родителей.

Форма проведения: лекция.

Участники: родители учащихся 1-4 класса.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о важной составляющей нашего общения – слове, которое является не только средством передачи информации, но и возможностью выражения своего отношения к происходящему. Словом можно поддержать в трудную минуту, а можно и смертельно оскорбить. Очень часто приходится слышать от родителей жалобы, что ребенок начал употреблять «плохие слова».

Так называемые бранные, или неприличные, слова рано или поздно появляются в лексиконе каждого ребенка. Проблема засорения нашей речи ненормативной лексикой регулярно обсуждается в средствах массовой информации. Говорится о преобладании сленга и блатных выражений в современных теле- и радиопередачах, в печатной продукции. Неудивительно, что дети не только очень рано узнают о существовании подобных слов, но и начинают их активно использовать, правда, часто не понимая, что эти слова означают.

Почему дети так охотно и точно повторяют нехорошие выражения? Их в первую очередь привлекает та эмоциональность, с которой эти слова произносят окружающие. От ругающегося человека буквально пышет безграничной самоуверенностью, его жесты очень выразительны, вокруг него возникает определенное волнение и напряжение. Произнесенные таким тоном слова не могут остаться незамеченными окружающими. Собственные наблюдения ребенка и проводимые родными воспитательные беседы наводят его на мысль, что умение вставить в свою речь крепкое словечко является одним из признаков взрослости. И если родители говорят, что использовать подобные слова можно только взрослым, то, естественно, ребенок, стремящийся во всем походить на старших, намеренно употребляет запрещенные выражения в своей речи. Заметив, что эти слова шокируют окружающих, дети начинают использовать ругательства, чтобы позлить, подразнить их. В этом случае бранные слова становятся еще одним орудием мести.

Бесполезно ругать детей за использование неприличных слов или запрещать им их произносить. Это сделает ругательства более привлекательными в глазах ребенка, он будет их употреблять, но постараётся, чтобы вы этого не слышали. Тогда о достижениях своего ребенка в этой области вы будете узнавать от учителей. Детям надо объяснить, что люди используют ругательства лишь, в крайнем случае, когда от отчаяния им уже не хватает сил и слов. Например, одна учительница предложила своим пятиклассникам использовать вместо общепринятых ругательств названия динозавров или цветов. Можно обозвать наступившего на ногу одноклассника «диплодоком» или «кактусом». Это прозвучит так же эмоционально, но менее грубо.

Часто ребенок не понимает, что говорит, или не понимает, как оскорбительны и обидны слова, которые он произносит. Следует объяснить ребенку, что таким образом он оскорбляет всех присутствующих, что употреблять такие слова просто неприлично. Шестилетняя ученица грубо разговаривала с одноклассниками, от нее только и было слышно: «Чё стал на дороге?! Идиот! Куда прешь?!» Назревал конфликт, ребята не хотели с ней общаться, родители и учителя негодовали. Выяснилось, что в школу девочку на машине возит пapa, который привык вслух негодовать на несообразительность и медлительность водителей и пешеходов. Естественно, во избежание раннего появления в лексиконе ребенка ругательств взрослым необходимо следить за собственной речью.

Если ребенок спрашивает о значении того или иного бранного слова, не следует уходить от ответа. Трехклассник, узнав от товарищей во дворе очередное неприличное слово, с восторгом делился своими познаниями с одноклассниками. Мама его была в отчаянии, однако пapa сказал сыну: «Да, такие слова есть, но лучше будет, если ты станешь сначала спрашивать об их значении у меня». И даже купил словарь ненормативной лексики. Не все родители готовы к такому свободному обсуждению бранных слов с ребенком, но лучше честно сказать, что значение этого слова настолько неприлично, что вы не хотите его произносить. И уж совсем не стоит поступать как Волька из известной сказки Л. Лагина «Старик Хоттабыч». Он в сердцах обозвал Хоттабыча «балдой», а на вопрос старика, что это значит, объяснил: «Балда — это что-то вроде мудреца». И был очень смущен, когда Хоттабыч публично обратился к нему со словами: «О, превосходнейший в мире балда!» Иногда родители ведут себя так же, придумывая «культурные» объяснения для ругательств.

Если ребенок интересуется, почему люди говорят такие слова, скажите, например, что так говорят люди несдержанные и невоспитанные, когда хотят обидеть или разозлить

человека. Это объяснение, конечно, подходит в том случае, если услышал он это слово не от вас. Если ребенок поймал вас на слове, имеет смысл извиниться перед ним, сказать, что, к сожалению, вам не удалось сдержаться, вы поступили плохо. Дайте ему понять, что искренне раскаиваетесь, и впредь, конечно, старайтесь держать себя в руках.

Да, тяжело и неприятно, когда совсем юные рядом матерятся. Но иногда знание и умение употребить бранное слово необходимы, чтобы тебя признали равным, чтобы не попасть в неловкую ситуацию, по наивности не стать объектом насмешек. Кроме того, люди ругаются от отчаяния и злости, когда очень хочется стукнуть кого-то или что-то разломать. В этом случае ругань используется как средство «выпустить пар» и помогает справиться с отрицательными эмоциями. А это все-таки предпочтительнее, чем физическое насилие или деструктивное поведение. Другое дело, что лучше бы высказать все, что накопилось, в одиночестве. Вот этому и стоит учить детей.

Обзываия тоже можно отнести к «плохим словам». Именно они являются причиной обид и драк в школе. Третьяклассники и пятиклассники в проведенном анонимном опросе: «За что вы не любите некоторых своих одноклассников?» чаще всего отвечали: «За то, что они обзываются». Психолог М.В. Осорина пишет, что «обзвывание — это всегда испытание детского «Я» на психологическую прочность». Это неизбежное, по ее мнению, явление в процессе формирования группы, когда выясняется, кто и на что может в ней претендовать.

Вот основные причины обзываия детьми друг друга:

1. Агрессия (сознательное желание оскорбить, досадить, разозлить сверстника).
2. Желание привлечь внимание (того, кого дразнишь, или окружающих):
 - *игра* (дразнящий воспринимает обзываия как забавную игру, привлекая к себе внимание сверстника, не собираясь его оскорблять);
 - *provokacija* (дразнящий осознает, что оскорбляет сверстника, но стремится, таким образом, спровоцировать его на активные действия, например, заставить погоняться за собой);
 - *шутка* (хочет не столько обидеть товарища, сколько повеселить окружающих);
 - *самоутверждение* (дразнящий сознательно оскорбляет сверстника, чтобы унизить его и выделиться в глазах окружающих, «поставить его на место», утвердить лидерскую позицию).
3. Месть (обиженный или униженный ребенок начинает дразнить обидчика, особенно если не может ответить физически, иногда он так же поступает от зависти).
4. Не со зла (дразнящий не понимает, что другому обидно, привык отмечать особенности окружающих, выявлять их характерные черты). Возможно, дома у него принято награждать друг друга прозвищами, и это никого не обижает.

Очень часто обидные прозвища приклеиваются к ребенку из-за особенностей его внешности. Слова, сказанные сверстником в разгаре ссоры: «рыжий», «очкиарик» или «носатый» — западают в душу ребенка, травмируют его. Ребенок начинает чувствовать себя неполноценным, теряет уверенность в себе. Но если человек, чьим мнением ребенок дорожит (учитель, родители), скажет ему как бы между делом: «Какая у тебя оправа красивая, тебе так идет, ты такой солидный стал!» или: «Ты как солнышко, с твоим приходом в комнате светлее делается», то может все исправить. Иногда одна такая фраза способна если не повысить самооценку ребенка, то хотя бы примирить с особенностями его внешности, чего не всегда можно добиться путем долгих разговоров на эту тему. Особенно чуткими и внимательными необходимо быть с детьми, имеющими объективные основания для переживаний. Речь идет о детях с различными дефектами внешности, например заметным родимым пятном, хромотой, косоглазием и т.п. В этом случае многое зависит от взрослых — родители могут помочь ребенку правильно отнестись к своему недостатку, а учителя — на корню пресечь возможные прозвища и издевательства. Чешский психолог З. Матейчик считает, что «наша воспитательная цель не в том, чтобы

оградить ребенка от интереса и любопытных взглядов, а в том, чтобы свою необычность он воспринимал как само собой разумеющуюся часть своего Я и жил с ней, не обращая на нее внимания и не делая из нее проблемы». Не стоит навязывать ребенку в качестве утешения истории о Золушке или Гадком утенке, но можно рассказать об успехах людей с нестандартной внешностью.

И если избежать появления дразнилок в детском коллективе почти невозможно, то бороться с ними необходимо. Родители и педагоги не должны оставлять без внимания ситуации обзываания детьми друг друга. Задача педагога — пресечь появление и использование обидных прозвищ в классе. Можно поговорить отдельно с зачинщиками, можно устроить классный час на эту тему. С пострадавшим надо обсудить, почему другие обзываются — обижаются ли на него или хотят привлечь его внимание. Полезно поиграть с ребятами в ассоциации. По очереди говорить друг про друга, с какими предметами, животными, временами года они друг у друга ассоциируются. Начать игру лучше в небольших группах, чтобы каждый смог высказаться и побыть в роли сравниваемого. Можно обсудить, почему возникла та или иная ассоциация. Сравнивание помогает обратить внимание ребенка на то, какие из его качеств являются значимыми для окружающих.

Родителям, если ребенок жалуется на то, что его дразнят, следует поговорить с ним о том, как можно и нужно реагировать на обзвывания.

Никак не реагировать (игнорировать, не обращать внимания). Это сделать довольно сложно, но в некоторых случаях эффективно. Например, «Заяц, заяц!» — зовет одноклассник. Не отзывайся, пока не обратится по имени, сделай вид, что не понимаешь, к кому обращаются. Скажи: «Меня вообще-то Васей зовут. А ты разве меня звал?»

Отреагировать нестандартно. Обзывающийся ребенок всегда ожидает получить от жертвы определенную реакцию (обиду, злость и т.д.), необычное поведение жертвы способно пресечь агрессию. Например, можно согласиться с прозвищем: «Да, мама тоже считает, что я чем-то похож на сову, я и ночью лучше всех вижу, и поспать утром люблю». Или посмеяться вместе: «Да, такая у нас фамилия, так дразнили и моего прадедушку».

Кстати, родители могут дома с ребенком поговорить о том, что часто в коллективе дети обзывают друг друга, перевирая, искажая фамилии. Можно вспомнить, как в свое время обзывали их, посмеяться вместе. Тогда ребенку будет легче не обижаться на сверстников — он будет готов к этому.

Объясниться. Можно спокойно сказать обзывающемуся сверстнику: «Мне очень обидно это слышать», «Почему ты хочешь меня обидеть?».

Не поддаваться на провокацию. За пятиклассником гонялись одноклассники и обзывали его Масяней. Он злился и бросался на них с кулаками. Все с восторгом разбегались, а потом начинали снова. Мальчику было предложено попробовать (в качестве эксперимента — такое предложение всегда охотно принимается детьми) в следующий раз не бросаться на обидчиков с кулаками, а повернуться к ним и спокойно сказать: «Ребята, я устал, дайте мне отдохнуть».

Не позволять собой манипулировать. Очень часто дети стремятся с помощью обзываания заставить сверстника что-то сделать. Например, всем известен прием «брать на слабо». При всех ребенку говорится, что он не делает что-то, потому что «трус», «размазня», ставя его, таким образом, перед выбором: или он согласится сделать, что от него требуют (часто нарушив какие-то правила или подвергнув себя опасности), или так и останется в глазах окружающих «хлюпиком» и «трусом». Наверное, из всех ситуаций, связанных с обзвыванием, эта — самая непростая. И здесь очень сложно помочь ребенку выйти из нее с достоинством, потому что противостоять мнению большинства, тем более тех, с кем тебе предстоит общаться и впредь, нелегко и взрослому человеку. Следует обратить внимание ребенка на то, что в каждой конкретной ситуации необходимо

не торопиться, взвесить все «за» и «против», понять, что важнее: доказать что-то окружающим или сохранить самоуважение.

Ответить. Иногда полезно ответить обидчику тем же. Не быть пассивной жертвой, а стать с обидчиком на равных. Может быть, учить этому и непедагогично, но иногда другого выхода нет. Можно, правда, отвечать не оскорблением, а специальной отговоркой.

Отговориться. В ответ на обзвывания выкрикнуть отговорку — своеобразную защиту от словесного нападения. Знание подобных отговорок помогает не оставить оскорблению без ответа, пресечь конфликт, сохранить спокойствие (хотя бы внешнее), удивить и соответственно остановить нападающего. Последнее слово в этом случае остается за пострадавшим.

Вот примеры отговорок.

- 1) «Кто обзывается — сам так называется!»
- 2) - Дурак!
- Приятно познакомиться, а меня Петя зовут.
- 3) Шел крокодил,
Твое слово проглотил,
А мое оставил!

Все отговорки стоит произносить спокойным, доброжелательным тоном, стремясь свести все к шутке.

«Агрессия детей: ее причины и предупреждение»

Цель: психологическое просвещение родителей по проблеме детской агрессии.

Форма проведения: семинар-практикум.

Участники: родители учащихся 1-4 класса.

Подготовительная работа: раздаточный материал, в котором обозначено определение агрессии, стили родительского воспитания и критерии агрессивности (приложение 11).

Материалы: анкета «Признаки агрессивности» (приложение 12).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление.

Добрый вечер, уважаемые родители! Тема сегодняшнего родительского занятия посвящена проблеме детской агрессии.

Основная часть.

Но начну я издалека. Что приводит к конфликтам? Злость или агрессивное поведение? Именно об этом я хочу сегодня поговорить. Давайте определимся с понятиями. Что такое, по-вашему, агрессия? А агрессия и злость – это одно и тоже, или нет? (*Родители отвечают на вопросы*). Злость – это чувство, а агрессия – это поведение, в

котором это чувство проявляется. Причем, злость – это лишь степень негативного чувства, которое несет в себе энергию.

Сначала, может возникнуть недовольство, затем оно порождает раздражение, после появляется злость, которая может перерасти в гнев, гнев – в ненависть, а она, в свою очередь, в ярость. Это выглядит таким образом:



Негативные чувства – это вполне естественное явление, которое заложено природой, и его вряд ли можно избежать. Это сигнал о том, что что-то не в порядке. Нужно помнить об этом и учиться справляться с негативными чувствами, которые возникают у нас постоянно, чтобы они не причиняли нам серьезных неудобств.

Как же соотносятся злость и агрессия? (*Родителям дается раздаточный материал, в котором обозначено определение агрессии, стили родительского воспитания и критерии агрессивности для лучшего усвоения информации*). Агрессия – это деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический и моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт. Злость может выражаться в агрессивном поведении, а может и не выражаться. Поскольку агрессия – это поведение, т.е. то, что мы можем контролировать и регулировать сознательно, значит, мы можем и не быть агрессивными.

Причины появления агрессии у детей могут быть разными. Но огромную роль играет воспитание в семье, в частности характер наказаний, которые обычно применяют родители в ответ на проявление гнева у своего ребенка.

Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегии воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка	Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения

		отрицательные эмоции в другое время и в другом месте)	
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал	Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего, ребенок научиться управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих родителей

Портрет агрессивного ребенка

Агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых, потому, что его агрессия – это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать на происходящие вокруг него события.

Агрессивный ребенок часто ощущает себя отверженным, никому ненужным. Он использует любую возможность, стремиться разозлить маму, учителя, сверстников; он не успокоится до тех пор, пока взрослые не взорвутся, а дети не вступят в драку.

Родителям и педагогам не всегда понятно, чего добивается ребенок и почему он ведет себя так, хотя заранее знает, что со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых наказание. В действительности, это порой лишь отчаянная попытка завоевать свое «место под солнцем».

Агрессивные дети часто подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность, они не замечают, что вселяют в окружающих страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их. Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

Как же выявить агрессивного ребенка? Существуют определенные **критерии агрессивности**.

Ребенок:

1. Часто теряет контроль над собой
2. Часто спорит, ругается с взрослыми
3. Часто отказывается выполнять правила
4. Часто специально раздражает людей

5. Часто винит других в своих ошибках
6. Часто сердится и отказывается сделать что-либо
7. Часто завистлив, мстителен
8. Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Предположить, что ребенок агрессивен, можно лишь в том случае, если в течение 6 месяцев в его поведении проявлялись хотя бы 4 из перечисленных признаков.

Теперь давайте попробуем определить уровень агрессивности у вашего ребенка. Сейчас вам необходимо обозначить подходят ли предложенные утверждения к вашему ребенку. (*Психолог проводит анкету «Признаки агрессивности»*).

Как можно помочь агрессивным детям?

Существует три основных этапа в работе над агрессией.

1. Работа с гневом. Обучение приемлемым способам выражения гнева.
2. Обучение навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.
3. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

1. Работа с гневом.

Прежде чем, мы будем говорить о приемлемых способах выражения гнева, хотелось бы, чтобы вы отметили на листочках, как каждый из вас выражает свою злость (*психолог раздает небольшие листки бумаги, на которых родители должны ответить на следующий вопрос: «Как Вы выражаете свою злость?»*) Напишите, как минимум три способа (*ответы записываются на доске*). Теперь посмотрим, какие способы преобладают у вас. Какие из них наиболее эффективны на ваш взгляд и не будут касаться другого человека? (*обсуждаются способы выражения злости и выделяются наиболее эффективные*).

Способы выражения (выплескивания) злости

1. Громко спеть любимую песню
2. Пометать дротики в мишень
3. Попрыгать на одной ноге
4. Использовать стаканчик для криков, высказать все свои отрицательные эмоции
5. Налить в ванну воды, запустить в нее несколько пластмассовых игрушек и бомбить их мячом.
6. Пускать мыльные пузыри
7. Устроить бой с боксерской грушей или подушкой
8. Пробежать по коридору школы, детского сада
9. Полить цветы
10. Быстрыми движениями руки стереть с доски
11. Забить несколько гвоздей в мягкое бревно
12. Погоняться за кошкой (собакой).
13. Пробежать несколько кругов вокруг дома
14. Передвинуть в квартире мебель (например, журнальный столик)
15. Поиграть в настольный футбол (баскетбол, хоккей)
16. Постирать белье

17. Отжаться от пола максимальное количество раз или заняться другими физическими упражнениями
18. Сломать несколько ненужных игрушек
19. Устроить соревнование «Кто громче крикнет. Кто выше прыгнет. Кто быстрее пробежит»
20. Стучать карандашом по парте
21. Скомкать или помять несколько листов бумаги, а затем их выбросить
22. Быстрыми движениями руки нарисовать обидчика, а затем замалевать его
23. Слепить из бумаги фигуру обидчика и сломать ее.
24. Помыть посуду
25. Принять прохладный душ
26. Послушать музыку

2. Обучение навыкам распознавания и контроля, умению владеть собой в ситуациях, провоцирующих вспышки гнева.

Далеко не всегда агрессивный ребенок признается, что он агрессивен. Более того, в глубине души он уверен в обратном: это все вокруг агрессивные. К сожалению, такие дети не всегда могут адекватно оценить свое состояние, а тем более состояние окружающих. Эмоциональный мир агрессивного ребенка очень скучен. Нетрудно догадаться, что в этом случае детям сложно распознавать свои и чужие эмоции.

Для того чтобы дети могли правильно оценивать свое состояние, а в нужный момент и управлять им, необходимо научить каждого ребенка понимать себя, и, прежде всего – ощущения своего тела.

Еще один способ контролировать свои эмоции – это заявить о них. Для этого поможет **игра «Камушек в ботинке»**. В эту игру полезно играть, когда ребенок обижен, сердит, расстроен, когда внутренние переживания мешают ребенку заниматься делом, когда назревает конфликт.

Игра проходит в два этапа.

Первый этап (подготовительный): «Случалось ли, что вам в ботинок попал камешек? Сначала камешек не очень мешает, мы пытаемся отодвинуть его, найти удобное положение для ноги, но постепенно нарастает боль и неудобство, может даже появиться ранка или мозоль. И тогда, даже если очень не хочется, нам приходится снимать ботинок и вытряхивать камушек. Он почти всегда крошечный, и мы даже удивляемся, как такой маленький предмет смог причинить нам такую большую боль. Нам-то казалось, что там огромный камень с острыми, как лезвия бритвы краями».

Далее вы говорите ребенку: «Случалось ли, что вы так и не вытряхнули камешек, а, прия, домой, просто снимали ботинки?» Тогда в освободившейся от ботинка ноге боль стихала, происшествие забывалось. Но на утро, сунув ногу в ботинок, мы внезапно ощущали острую боль, соприкоснувшись со злополучным камушком. Боль, причем, более сильная, чем накануне, обида, злость – вот такие чувства обычно испытывают дети. Так маленькая проблема становится большой неприятностью.

Второй этап: «Когда мы сердимся, чем-то озабочены, взволнованы, нами это воспринимается как маленький камушек в ботинке. Если мы сразу же почувствуем неудобство, вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камушек на месте, то у нас, скорее всего, возникнут проблемы, и не малые. Поэтому всем людям –

и взрослым, и детям – полезно поговорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят».

Далее вы говорите: «Давайте договоримся: если кто-то из вас скажет: «У меня камушек в ботинке», мы все сразу поймем, что вам что-то мешает, и сможем поговорить об этом. Подумайте, не чувствуете ли вы сейчас какого-то неудовольствия, чего-то такого, что мешало бы вам. Если чувствуете. Скажите нам, например: «У меня камушек в ботинке. Мне не нравится, что Олег стукнул меня портфелем». Расскажите, что вам еще не нравится. Если же вам ничего не мешает, вы можете сказать: «У меня нет камушки в ботинке». И вы вместе оговариваете способ, как можно избавиться от «камушки». Поиграв несколько раз в эту игру, дети в дальнейшем испытывают потребность рассказывать о своих проблемах.

Когда ребенок научится распознавать собственные эмоции и говорить о них, можно перейти к следующему этапу работы.

3. Формирование способности к доверию, сочувствию, сопереживанию.

Агрессивные дети, как правило, не способны чувствовать состояние другого человека и не умеют вставать на его позицию. Их чаще всего не волнуют страдания окружающих, они даже представить себе не могут, что другим людям может быть неприятно и плохо. Считается, что если агрессор сможет посочувствовать «жертве», его агрессия в следующий раз будет слабее.

Взрослым, которые взаимодействуют с таким ребенком, рекомендуется также говорить о своих чувствах и переживаниях. Например, ребенок разбросал игрушки, и вы ему говорите: «Ты – негодник. От тебя одни проблемы». Такое заявление вряд ли будет эффективным с агрессивным ребенком. А если вы скажете: «Я расстраиваюсь, когда игрушки разбросаны», таким образом, вы не обвиняете ребенка, не обзываете его и не оцениваете - вы говорите о себе и о своих ощущениях.

Заключительная часть.

В заключении хочется сказать, что все предлагаемые способы и приемы не приведут к положительным изменениям, если будут иметь разовый характер. Внимание к ребенку, его нуждам, потребностям, постоянная отработка навыков общения с окружающими – вот что помогает наладить взаимоотношения с ребенком.

Психолог благодарит родителей за проделанную работу.

«Как развивать самостоятельность школьников при подготовке домашних заданий»

Цель: формирование мотивации у родителей по воспитанию у ребенка самостоятельности в выполнении домашних заданий.

Форма проведения: тематическое сообщение.

Участники: родители учащихся 2-3 класса.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня нам представляется важным рассмотреть тему самостоятельности детей при подготовке домашних заданий.

Выполнение школьниками домашних заданий — обязательная часть учебы. Время урока, как правило, не позволяет в достаточной степени отработать и закрепить все учебные навыки. Кроме того, все дети разные — одному достаточно решить 5–10 однотипных задач, чтобы усвоить принцип их решения, а другому, чтобы не испытывать затруднений, потребуется решить значительно больше таких задач.

Выполнение домашних заданий ребенком в начальной школе – проблема непростая и для него самого, и для его родителей.

В начальной школе детям необходима ваша помощь в организации времени выполнения заданий, поскольку в этом возрасте они еще плохо умеют планировать свои дела. Но часто этим помощь не исчерпывается. Многие дети могут выполнять домашние задания только в присутствии родителей или вместе с ними.

Когда взрослым приходится довольно много своего времени тратить на домашние задания детей, то рано или поздно возникает вопрос: «Когда же, наконец, мой ребенок будет делать уроки сам?» Вопрос этот важен не только с точки зрения заботы о времени взрослых, но и потому, что навык самостоятельной деятельности необходим как для успешного обучения в школе, так и в жизни вообще. Следовательно, развитие самостоятельности детей — это забота об их будущем.

Когда мы говорим, что школьник умеет самостоятельно выполнять домашние задания, то речь идет о целом комплексе навыков.

Это означает, что ребенок может:

- Сориентироваться в объеме заданий, которые ему предстоит выполнить;
- Спланировать очередность действий: что он будет делать сначала, что потом и т.д.;
- Распределить время (представить, сколько приблизительно времени займет то или иное задание);
- Понять, какая задача стоит перед ним при выполнении конкретного задания;
- Применить необходимые навыки и знания для выполнения той или иной задачи;
- Представить себе алгоритм действий, которые помогут ему в случае затруднения при выполнении задания. *Например, если не знаю, какую букву вставить вместо пропуска в слово, то я: а) думаю, какое правило подходит, может помочь; б) нахожу это правило, применяю к слову; в) если я уверен, что прав, то выполняю задание; если сомневаюсь или не понимаю, как применить правило к слову, то обращаюсь за помощью к родителям.*

Согласитесь, что эти навыки довольно сложны для ученика начальной школы. Бесполезно требовать от ребенка то, чего он не умеет делать, и поэтому столь частые призывы взрослых к самостоятельному выполнению домашних заданий, как правило, не находят отклика у детей.

Самостоятельность редко появляется сама по себе. Как это ни парадоксально, самостоятельность детей — это результат ряда последовательных действий взрослых, прежде всего родителей.

Можно сказать, что если ребенок научился самостоятельно выполнять домашние задания, обращаясь за помощью к взрослым только в случае серьезных затруднений, — это серьезный шаг на пути к самостоятельному поведению, важный для ребенка опыт, который он сможет перенести и в свою взрослую жизнь.

И наоборот, формирование привычки при малейшем затруднении обращаться за помощью может привести к возникновению у ребенка ощущения собственной незначительности («Сам я ничего не могу»), а впоследствии — к неуверенности.

Сегодня мы с вами рассмотрим, какое именно участие родителей в выполнении детьми домашних заданий будет способствовать формированию их самостоятельности.

Анализируя частые жалобы на то, что дети не умеют самостоятельно выполнять домашние задания, мы выделили две распространенные стратегии поведения взрослых, закрепляющие несамостоятельность детей в этом роде деятельности.

Часть родителей, движимая лучшими побуждениями, практически все время находится с детьми, выполняя все задания вместе с ними. Но домашняя работа над уроками — это поле деятельности, прежде всего ребенка, и очень важно оставлять его наедине с заданиями, для выполнения которых он уже владеет необходимыми навыками.

Некоторые родители твердо убеждены в необходимости предоставления ребенку полной самостоятельности при подготовке домашних заданий, они лишь контролируют и оценивают конечный результат. Но если при этом ребенок систематически сталкивается с затруднениями, которые не может преодолеть, он начинает воспринимать как непреодолимое препятствие саму ситуацию домашней работы. В результате выполнение уроков оттягивается как можно дольше, вплоть до сна, ребенок также может утаивать часть домашних заданий от родителей (нет задания — нет проблем).

Какая же степень участия родителей в выполнении детьми домашних заданий может приблизиться к «золотой середине»? Какие наши действия будут способствовать формированию самостоятельности детей?

Ответить на эти вопросы нам поможет правило, сформулированное для родителей Ю. Б. Гиппенрейтер: «Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. При этом: возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому; по мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему».

Применяя это правило, следует обратить внимание на компоненты, из которых складывается самостоятельность. Возможно, сначала понадобится значительная помощь родителей: ребенок должен сориентироваться в том, сколько у него заданий на следующий день, каков их объем, что для него легче, а что сложнее. Имеет смысл проговаривать с ним эти шаги. Затем в течение какого-то времени надо будет напоминать ему о том, сколько задано и что именно, а впоследствии у ребенка выработается привычка делать это самостоятельно.

Одним из самых простых приемов по воспитанию у ребенка самостоятельности в выполнении домашних заданий является **расписание домашних заданий**.

Составляя подобное расписание, делайте все вместе с ребенком: пусть он поможет что-то начертить, написать, красиво оформить. Итак, для составления подобного расписания берется большой плотный лист бумаги. Нужно карандашом разделить его на шесть равных частей по дням недели: понедельник, вторник, среда, четверг, пятница, суббота. Воскресенье сюда не вносится.

Каждая часть «озаглавливается»: наверху пишется название дня недели. Каждый день недели, в свою очередь, делится пополам. Верхняя часть — это то, что дано нам в неизменном виде: расписание уроков. Здесь же нужно отметить то время, когда начинаются и когда заканчиваются уроки. Должно быть четко видно, в котором часу ребенок каждый день приходит домой.

Нижняя часть каждого дня недели — это то, что должно быть выработано вместе (родителями и ребенком) как руководство к действию для школьника. Эту часть расписания не нужно сразу жестко заполнять: сначала можно пометить карандашом, какие уроки и, в какое время выполняются.

Принимайтесь составлять такое расписание недели через две после начала четверти. Задание желательно выполнять в тот день, когда его задали, независимо от того, будет этот урок на следующий день или нет.

На выполнение каждого урока не нужно планировать больше, чем полчаса.

Перед домашним заданием каждого урока должно быть четко указано время начала и окончания его выполнения. Если вы знаете, что задание по какому-либо предмету ребенок не способен, как правило, выполнить за полчаса, планируйте его выполнение в несколько этапов.

Между выполнением разных заданий должен быть перерыв от 10 до 20 минут.

Распределите домашние задания равномерно по дням недели.

Если нужно, выделите специальное время для повторения некоторых уроков.

Желательно, чтобы в выходные дни ребенок был полностью освобожден от уроков: он должен полноценно отдохнуть.

Постарайтесь внешне привлекательно и понятно оформить это расписание.

Повесьте его на стенку.

Одна из самых интересных особенностей этого расписания – наглядность выполненной работы для ребенка. Добиваемся этой наглядности таким простым способом.

В расписании, в той его части, где отмечается выполнение домашних заданий, напротив каждого урока делается небольшая прорезь бритвой или ножницами. Из красного картона вырезаются небольшие треугольники так, чтобы их можно было вставлять в эту прорезь. Ребенок, выполнив полностью и вовремя домашнее задание по какому-либо уроку, вставляет в прорезь напротив него красный треугольник. К концу дня и он, и родители имеют возможность либо порадоваться тем результатам, которых добился ребенок, либо, к сожалению, огорчиться. Во втором случае ни родителям, ни ребенку, конечно, не стоит падать духом: терпение, тактичность, уважение к маленькому ученику, своевременная помощь, возможно, помогут ему преодолеть трудности.

Вставленные треугольники остаются в прорезях до конца недели. В конце недели результаты усилий по выполнению домашних заданий наглядно предстанут перед вами. Если ребенок старался, почти полностью и вовремя выполнил все уроки, обязательно поощрите его. Это может быть совместная прогулка, покупка какой-либо игрушки, сладостей. И, конечно, похвала, искреннее восхищение и гордость родителей своим волевым и целеустремленным ребенком.

И даже если ребенок не смог поначалу делать уроки в соответствии с расписанием, но старался, все равно похвалите его, создайте у него стимул выполнять домашние задания таким образом. Как всегда в воспитании нужны, прежде всего, терпение и внимание к ребенку.

Подобное расписание, конечно, не отменяет помощи родителей ребенку. Но оно поможет и вам, и ребенку рационально спланировать учебные и выходные дни, разумно чередовать уроки и отдых, найти время для занятий музыкой, спортом и т.п.

Важно помнить: то, что сегодня ребенок делает с помощью родителей, завтра он сможет выполнять сам, если **делать дело с ним, а не за него**.

«Как не отбить у детей желание учиться».

Цель: рассмотрение причин падения интереса у детей к учебе и возможных форм помощи ребенку в избегании разочарования в учебном процессе.

Форма проведения: информационное сообщение.

Участники: родители учащихся 2-4 класса.

Подготовительная работа: опрос учащихся «Какие уроки вам нравятся, а какие нет и почему?»

Ребенок, который с радостью ходит в школу, без напоминаний садится за домашнее задание, активен на уроках, с интересом учится, - мечта всех родителей. Но, как известно, если в начальные классы почти все дети идут охотно, то в средней школе желание учиться у большинства пропадает.

Каковы же причины падения интереса к учебе и что могут сделать родители, чтобы помочь ребенку избежать разочарования в учебном процессе?

Мини-исследование

Учащихся четвертого класса попросили ответить на вопрос: «Какие уроки вам нравятся, а какие нет и почему?». Ребята перечислили самые разные школьные предметы, любимые и нелюбимые. Вот как школьники объясняли своё отношение:

Причины, по которым уроки нравятся	Причины, по которым уроки не нравятся
«Интересно»	«Трудно»
«Узнаю много нового, полезного»	«Скучно»
«Надо думать»	«Ставят плохие оценки»
«Всё понятно»	«Ничего не получается»
«Когда что-то получается – появляется радость»	«Неинтересно»
«Мне нравятся учителя, которые ведут эти уроки»	«Сложные домашние задания»
	«Устаю, и портится настроение»

Это мини-исследование показывает, что главными побудительными силами в процессе учебы для ребенка являются интерес к изучаемому предмету, собственные успехи на уроке и хорошие отношения с учителем.

Об успехах.

В психологии существует 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 ленился, раз не хочет даже попытаться. Однако именно взрослые 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 и учителей.

Родители, слишком много ожидающие от своего чада, довольно часто начинают беседу со слов: «В нашей семье все хорошо учились. 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 своего ребенка, чем на его успехи, надеясь тем самым побудить его стараться еще больше. Однако постоянное подчеркивание недостатков приносит огромный вред – школьник приходит к выводу, что, несмотря на все свои старания, он не способен оправдать ожидания родителей. Ребенок перестает верить в свои силы, теряет интерес к любой интеллектуальной и творческой деятельности.

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

Что делать?

- Избегать разговоров на тему, что все в семье были отличниками и что единственная приемлемая отметка – это пятерка. Не бойтесь плохих отметок больше, чем их боится ваш ребенок. Ребенку полезно получить то, что он заслужил.
- В своих ожиданиях исходите из реальных возможностей ребенка.
- Необходимо показывать ребенку, что вы рады его даже самым небольшим, с вашей точки зрения, успехам.
- Нельзя говорить 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 или дворником. Подобные нотации могут дать обратный результат – 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 поставил».

Об интересе.

Многие родители переживают, что их дети не очень интересуются учебой, работают «из-под палки». Нередко можно услышать, что их ребенок равнодушен не только к учебе, он вообще ничем не интересуется. В ответ на это хочется возразить: «Не может быть, чтобы ребенка совсем ничего не интересовало!»

Родителям следует задуматься: не предлагаю 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?

Что делать?

- Понаблюдайте за ребенком: во что он охотнее играет, как любит проводить свободное время, о чем говорит с интересом. Выяснив, какая область знаний больше всего привлекает вашего ребенка, помогите применить ему этот интерес на практике. Можно договориться с учителем, чтобы он дал задание ученику подготовить доклад или сделать газету по интересующей его теме. Ребенок поверит в свои силы и захочет развиваться дальше. **Неоспоримый факт: интересно то, что получается, а лучше всего получается то, что интересно.**
- Узнайте у ребенка, что именно он изучает в данный момент по тому или иному предмету. Расспрашивайте, признавайтесь, что вы именно не знаете или плохо помните. Пусть он вам объяснит.
- Не старайтесь подменить собой учителя, требуя от ребенка больше, чем ему задано.
- Приучайте ребенка поддерживать тонус, т.е. рабочее состояние организма. Лень принимает наиболее катастрофический характер в тех случаях, когда человек устает физически или душевно. Каждый выходной должен быть наполнен действительно отдыхом, а не ударным трудом. В любом скучном и трудном деле научите ребенка находить приятное или делать перерывы, чтобы, например, выпить стакан сока, поиграть с собакой, почитать книгу.

- 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. Кстати говоря, в «ваши» годы возможности и требования были совсем другими, мир изменился и продолжает меняться.
- Проявляйте сами интерес к учебной деятельности, например, ищите нужные книги или информацию в Интернете. Но делайте это не вместо ребенка, а вместе с ним. Раз и навсегда откажитесь писать за своего ребенка рефераты, сочинения и т.п.

Об отношениях.

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

Одна ученица прогуливалась урок, объясняя свою нелюбовь к предмету тем, что учительница, которая их учит, ни разу не обратилась к ней по имени. Отношение девочки 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.д.

Что делать?

- Надо попытаться понять, в чем причины нелюбви ребенка к этому 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 сами прийти за советом к учителю. Нельзя начинать разговор с обвинений и вопросов типа: «Почему вы травите моего ребенка?». Спросите, какие у педагога есть претензии к вашему ребенку. 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 сами делить школьные предметы на важные и неважные и проговаривать это, так как и ребенок начнет так считать. Из-за этого у него могут испортиться отношения с педагогами.

Психолог подводит итоги, отвечает на вопросы родителей (если они возникают), дает родителям возможность высказать свое мнение по обсуждаемым вопросам.

«Понять. Простить. Принять»

Цель: оптимизация детско-родительских отношений.

Форма проведения: семинар-практикум.

Участники: родители учащихся 2-4 класса.

Материалы: бумажная ромашка с изображением на лепестках детских лиц, выражающих различные эмоциональные состояния (радость, гнев, страх, удивление, грусть и др.), ситуации для обсуждения, листы бумаги, ручки.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы встретились, чтобы поговорить и посоветоваться по вопросам, без анализа которых невозможно правильно построить воспитание ребенка в семье. Давайте вспомним фразу, сказанную одним из героев фильма «Доживем до понедельника»: «Счастье – это когда тебя понимают». Каждому человеку, маленькому и большому, нужны не только пища, сон, тепло, но и любовь, понимание со стороны окружающих людей.

Основная часть.

Все мы любим своих детей и желаем им только добра, но даже в самых благополучных семьях иногда случаются конфликтные ситуации. Причинами конфликтов часто становится непонимание. Сегодня мы будем учиться понимать причины различных эмоциональных состояний и поступков детей.

Родители объединяются в три подгруппы.

Упражнение «Ромашка эмоций».

Представители подгрупп по очереди отрывают по одному лепестку от ромашки с изображенным на нем детским лицом и определяют, какое эмоциональное состояние испытывает ребенок.

Упражнение «Проблемное поведение».

Бывает, что дети совершают поступки, которые огорчают, возмущают или даже пугают родителей. Прежде чем ругать или наказывать ребенка, давайте попробуем понять, почему он так поступил, а затем постараемся выработать стратегию собственного поведения в сложившейся ситуации.

Каждой подгруппе предлагается ситуация для обсуждения. Участники должны перечислить как можно больше возможных причин того или иного поступка ребенка. Затем все вместе обсуждают, как следует поступить родителям в каждом конкретном случае.

Примеры ситуаций

- Ваш ребенок, получив плохую отметку, вырвал из дневника страницу.
Возможные причины: страх перед наказанием; боязнь огорчить родителей; уверенность в несправедливости оценки; желание получить обещанное заранее поощрение за хорошую учебу.
- Ваш ребенок устроил драку с одноклассником.
Возможные причины: одноклассник нанес ему оскорбление, которого он действительно не смог вынести; защищал слабого; самоутверждение в классе; желание привлечь внимание; агрессивные установки родителей («Бей первым!»); ребенок выместил на однокласснике агрессию против отца, учителя (человека, кто значительно сильнее его); частые конфликты и драки между родителями.
- Ваш ребенок украл у одноклассника сотовый телефон.

Возможные причины: зависть; желание иметь вещь, которую родители не могут или не считают нужным купить; месть за что-то этому однокласснику; вымогательство более сильных учащихся, старшеклассников; желание привлечь к себе внимание; клептомания.

Как видите, причины одного и того же поступка могут быть различными, и, следовательно, реакция родителей и меры воздействия на ребенка могут и должны быть совершенно противоположными. В любом случае ребенок должен понимать, что если он признается родителям в своем неблаговидном поступке, то не будет отвергнут ими и встретит с их стороны понимание и желание поддержать в трудной ситуации. Иначе он будет искать понимания и поддержки у других людей, чье влияние на него может оказаться отрицательным.

Заключительная часть.

В заключении мне хотелось бы пожелать Вам, уважаемые родители, постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами ребенка. Ведь видеть мир глазами другого – основа для взаимопонимания.

Психолог проводит рефлексию.

«О любви – взрослые и дети»

Цель: создание положительного эмоционального фона, атмосферы доверия и сотрудничества; повышение воспитательной компетентности родителей; формирование мотивации на улучшение взаимоотношений с детьми.

Форма проведения: тренинг.

Участники: родители учащихся 3-4 класса.

Подготовительная работа:

1. Мини – сочинение «Что значит счастливая семья?»
2. Видеоролик с интервью, в котором дети отвечают на вопросы:
 - Что такое любовь?
 - Часто ли вы и ваши родители говорите друг другу о своих чувствах?
 - С помощью, каких слов можно выразить любовь к человеку?
 - Какие ещё способы выражения любви вы знаете?
3. Дети готовят для родителей двойные сердечки из цветной бумаги, внутри которых пишут признания любви, а сверху подписывают, кому и от кого послание.

Материалы: телевизор, видеокамера, музыкальный центр, лирическая музыка, ручки, фломастеры, сердечки, вырезанные из цветной бумаги.

Ход занятия.

Звучит музыка, родители располагаются за столами, расставленными по кругу.

Вступление.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодняшнее собрание мы посвящаем любви – любви родителей к своим детям. Сегодня мы будем много общаться, поэтому я

попрошу всех участников представиться и сообщить: как к вам можно обращаться во время родительского занятия, чей вы родитель и назвать три положительных качества своего ребенка. (*Родители по очереди рассказывают о своих детях.*)
Спасибо всем за участие.

Основная часть.

Вот в такой тёплой атмосфере мы с вами и поговорим о вопросе, без анализа которого невозможно правильно построить воспитание ребенка в семье – о любви взрослых и детей друг к другу.

Вы все знаете цитату из произведения Л. Н. Толстого «Анна Каренина»: «Все счастливые семьи похожи друг на друга, каждая несчастливая семья несчастлива по-своему». Фраза, сказанная великим писателем, превратилась в одну из самых известных психологических формул, описывающих взаимоотношения в семье.

А сейчас у меня,уважаемые родители, вопрос к вам:

- Кто из вас считает свою семью счастливой? (*Ответы родителей или поднятые вверх руки.*)

Я попрошу вас ответить еще на один вопрос:

- Что вы вкладываете в понятие «счастливая семья»? (*Ответы родителей.*)

Спасибо за ответы. А теперь послушайте, что думают ваши дети. Вот какие определения счастливой семьи они дали. (*Психолог зачитывает ответы детей.*)

Ответы детей на вопрос: «Что значит счастливая семья?» можно трактовать как оценку достоинств этой семьи, а можно – как обозначение проблем, которые в ней явно существуют.

А теперь давайте порассуждаем о любви, и я попрошу каждого продолжить предложение: «Любить ребенка – это значит...» (*Родители по очереди заканчивают предложение.*)

Готовясь к сегодняшнему дню, я записала интервью с участием ваших детей, давайте мы сейчас послушаем, что для них значит понятие «любовь». (*Просмотр интервью.*)

Конечно же, понятие «любовь» достаточно многогранное, и каждый вкладывает в него свой смысл. Любовь предполагает заботу о человеке, преодоление трудностей, прощение и доверие, понимание, желание посвятить себя его благополучию, принятие его таким, какой он есть и многое другое. Слова любви необходимо слышать каждому человеку в своей жизни, независимо от возраста, пола, социального положения. Так как любовь – это самый исцеляющий, самый благотворный наш внутренний ресурс. Так ученые давно доказали, что если ребенок растет в атмосфере любви и понимания, то он вырастает более счастливым и благополучным.

Ну а сейчас давайте посмотрим видеоролик, в котором ваши дети отвечали на вопросы: «Часто ли вы и ваши родители говорите друг другу о своих чувствах? С помощью, каких слов можно выразить любовь к человеку? Какие еще способы выражения любви вы знаете?» (*Просмотр видеоролика.*)

Из интервью видно, что ребята знают несколько способов проявления любви. А какие знаете вы? (*Родители по очереди предлагают свои варианты.*)

Да, каждый родитель по-своему выражает свою любовь к детям.

Психологи установили, что существует несколько способов выражения любви к ребенку:

- контакт глаз;
- физический контакт;
- пристальное внимание.

Каждый из этих способов принципиально важен.

Контакт глаз

Вопрос к вам родители:

- Как вы думайте, что значит любить ребенка с помощью контакта глаз? (*Ответы родителей*).

Оказывается, что внимательнее всего ребенок слушает нас, когда мы смотрим ему в глаза. Тяжелой для ребенка является родительская привычка – когда родители специально избегают смотреть на него, если он провинился. Это действует на него угнетающе. Иногда родители, не зная, как наказать ребенка за какие-то провинности, не задумываясь о последствиях, говорят: «Я тебя не люблю!» Наверное, это одно из самых страшных наказаний. У ребенка может сформироваться стойкий страх того, что он никому не нужен, он очень плох, могут появиться признаки тревожности или агрессии.

Итак, глаза родителей и слова, которые мы говорим своему ребенку, должны постоянно излучать нежность и любовь независимо от того, довольны мы им в данный момент или нет. Большая ошибка родителей – использование лишь строгого взгляда как средства контроля над детьми.

Физический контакт

Второй способ выражения любви к ребенку – физический контакт.

- Как вы понимаете этот способ? (*Ответы родителей*.)

Осуществить физический контакт – это значит:

- прикоснуться к руке;
- погладить по голове;
- потрепать по волосам;
- прижать к себе;
- поцеловать.

Одним из замечательных способов выражения любви является объятие. Психологи пришли к заключению, что объятия крайне необходимы в семье. Считается, что ежедневно необходимы 5 объятий для выживания, 10 – для поддержки и 15 – для роста и развития ребенка. Наилучший результат достигается тогда, когда объятия используются в нужный момент. Они должны быть естественными. Ребенок, растущий в доме, где родители щедро одаривают его любящим взглядом и нежным прикосновением, будет чувствовать себя уверенно и спокойно.

Пристальное внимание

Теперь поговорим о третьем способе выражения любви – пристальном внимании. В чем оно заключается?

В том, что мы сосредотачиваемся на ребенке полностью, так, чтобы наш ребенок ни на мгновение не усомнился в нашей полной, безоговорочной любви к нему. Ведь любовь предполагает принятие ребенка таким, какой он есть. Ведь он любит нас, своих родителей, просто за то, что мы его родители, ему не важно, блондинка или брюнетка, высокого роста или низкого, уборщица или директор. Он любит просто за то, что мы есть.

Пристальное внимание позволяет ребенку почувствовать, что для своих родителей он – самый важный человек в мире. Почему родителям трудно быть достаточно внимательными к детям? Да потому, что это требует времени. Не имея возможности уделять ребенку достаточно внимания, родители часто заменяют его подарками, выполнением просьб. На самом деле пристальное внимание – насущная потребность каждого ребенка. От её удовлетворения зависит, как ребенок оценивает себя, как его принимают окружающие люди. Поэтому ежедневно выкраивайте время, чтобы побывать с ребенком наедине и не скучитесь на свою любовь к нему.

Ваши дети приготовили вам сегодня свои подарки – вот такие сердца с признанием в любви. (*Родителям раздаются сердечки, оформленные детьми.*)

Я предлагаю вам сделать ответный жест. Возьмите, пожалуйста, чистые сердечки и напишите своему сыну или дочери слова любви. (*Звучит лирическая мелодия, родители располагаются за столами, оформляют сердечки.*)

Заключительная часть

Скажите, пожалуйста, какие мысли, эмоции наполняли вас во время этого занятия?
(Ответы родителей.)

Дети подобны чашам. Когда эти чаши полны любви, тогда они сами готовы отдать свою любовь, тогда они будут любящими детьми. Но когда их чаши пусты, им нечего отдать. Я желаю, чтобы ваши дети были наполнены вашей любовью. Придя сегодня домой, подарите своему ребенку оформленное вами сердце.

В заключение мне бы хотелось поблагодарить вас за участие в нашем разговоре, который я надеюсь, внесет новизну в вашу воспитательную деятельность. Помните, чтобы нормально расти, ребёнку нужна любовь, уверенность в своих силах, в своей значимости и ценности для вас взрослых.

«Стили семейного воспитания и их влияние на развитие личности ребенка»

Цель: повышение психологической культуры родителей.

Форма проведения: беседа с элементами тренинга.

Участники: родители учащихся 3-4 класса.

Материалы: карточки с заданиями (приложение 13).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление.

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы с вами поговорим о *стилях семейного воспитания*.

Стили семейного воспитания – это наиболее характерные способы отношения к ребенку родителей, применяющих определенные средства и методы педагогического воздействия, которые выражаются в своеобразной манере словесного обращения и взаимодействия.

Существуют следующие стили семейного воспитания:

- попустительский,
- состязательный,
- рассудительный,
- предупредительный,
- контролирующий,
- сочувствующий,
- гармоничный.

Сегодня мы рассмотрим наиболее часто встречающиеся типы семейного воспитания:

- Рассудительный стиль,
- Контролирующий стиль,
- Доминирующий стиль.

Сейчас мы с вами проиграем несколько сценок, в которых вы, быть может, узнаете себя или кого-то из своих знакомых.

Психолог выбирает участников и раздает карточки с заданиями.

Основная часть.

1-я сценка: рассудительный стиль

Ребенок (*активен, желает много знать, имеет много интересов, добросовестно относится к учебе*). Мама, к нам в школу сегодня приходил руководитель кружка ИЗО. Я хочу к нему ходить! Там так интересно!

Мать (*с теплом, заботой и уважением к его активности*). Ну, если тебе это интересно, то, конечно, иди. Ты же любишь рисовать!

Отец (*на равных, рассуждая и давая пищу для размышления*). Хорошо, ты можешь ходить, но подумай, как следует: это отнимает много свободного времени, а у тебя скоро конец четверти, контрольные. Сможешь ты всюду успеть?

- *Какие ощущения у вас вызывает поведение членов семьи?*
- *Какие чувства и впечатления возникают?*

В психологии этот стиль семейного воспитания называется «рассудительный»; в результате такого воспитания формируется сензитивный тип личности.

Признаки сензитивности: ребенок правдив, честен, склонен к умственному труду, простодушен, самостоятелен, непримирим к несправедливости, безнравственным поступкам, альтруист, активен, самокритичен, предан интересам коллектива и всегда защищает своих товарищей, нет чувства превосходства над другими, настойчив в достижении цели, инициативен, внимателен.

Рекомендации родителям:

1. Относиться с вниманием и глубоким уважением к тому, что ребенок увлечен, подыгрывать ему.
2. Не следует бояться разбросанности и увлеченности ребенка многими видами деятельности. Надо помнить, что ребенок раскроет свои способности тогда, когда потребуется конкретная профессиональная деятельность.
3. Очень бережно относиться к ребенку. При конфликтных ситуациях принимать справедливое решение с мерой наказания, соответствующей мере проступка.
4. Учить его отстаивать свои интересы, защищать от нападок других людей, от внутрисемейных конфликтов.
5. Поддерживать добрые отношения родителей и ребенка в совместном отдыхе и совместной трудовой деятельности.
6. Подбадривать и вселять уверенность в его способностях.
7. Следует помнить, что отношение родителей к окружающим людям есть тот единственный образец, который формирует отношение ребенка к родителям.
8. Не допускать общения ребенка с антисоциальными элементами, быть разборчивыми в контактах с другими людьми.
9. Нельзя наказывать публично, следует ограничиваться лишь мягкими замечаниями.

2-я сценка: контролирующий стиль

Девочка (*с опасением и боязнью*). Завтра у Маши день рождения. Можно мне пойти на праздник?

Отец (*строгого*). Я звонил сегодня твоему классному руководителю. Она сказала, что ты плохо написала диктант! Какие тебе гулянки?! Будешь сидеть и учить, пока не вызубришь все правила!

Мать (пытаясь смягчить ситуацию, но все же строго). Отец прав. Ты заставляешь нас краснеть перед учителем!

Девочка (умоляюще и неуверенно). Но ведь Маша – моя лучшая подруга!

Мать (делая одолжение). Ладно, уж. Но чтобы ровно в восемь была дома! Иначе больше вообще никуда не пойдешь!

- Какие ощущения у вас вызывает поведение членов семьи?
- Какие чувства и впечатления возникают?

Этот стиль семейного воспитания называется «контролирующий». В результате него формируется тревожный тип личности.

Качества тревожного типа личности: вспыльчивость, подозрительность и осторожность во взаимоотношениях с людьми, нетерпеливость, добросовестность, отзывчивость, сосредоточенность на личной защите, требовательность к другим, неуверенность в себе, отрицательное отношение к критике, безынициативность, напряженность, низкий самоконтроль, робость, застенчивость, плохое понимание социальных нормативов.

Возникновению подобного типа личности способствуют условия:

1. Ребенок воспитывается в детском доме или опекунами при жестком обращении с ним.
2. Родители контролируют деятельность своего ребенка со слов окружающих, наказывая его по первому наговору.
3. Родители имеют повышенную моральную ответственность за воспитание своего ребенка и обращаются с ним жестоко.

Рекомендации родителям:

1. Урегулировать сон, питание, пребывание на свежем воздухе.
2. Целесообразная организация физического воспитания (подвижные игры, экскурсии, спорт).
3. Организовать прием водных процедур.
4. При организации работы соизмерять реальные силы ребенка, его знания и навыки. Не требовать от него больше, чем он может.
5. Организовать творческую деятельность.
6. Отказаться от командно-распорядительного тона и перейти к просьбе; отменить постоянный контроль и отслеживание каждого поступка ребенка.
7. Убрать все формы наказаний, перейти к рассудительному стилю семейного воспитания.
8. Полностью отказаться от физических наказаний.
9. Научиться спокойно и ровно реагировать на действия и поступки ребенка.

3-я сценка: состязательный стиль воспитания

Ребенок. У нас в школе проходит конкурс на лучший плакат к 8 марта.

Мать (восторженно). Дорогой, ты же так замечательно рисуешь! Тебе обязательно нужно поучаствовать! Мы с папой тебе поможем. У тебя будет самый лучший плакат в школе!

Отец (с энтузиазмом). Конечно, мы всем нос утрем!

(Спустя неделю).

Ребенок приходит из школы и сообщает родителям, что победа в конкурсе досталась его однокласснику.

Отец (возмущенно и несколько агрессивно). Как?! Кто мог лучше тебя это сделать?! Да этот Миша вообще рисовать не умеет! Конечно, у него же мама учитель, ему подсуживали!

Мать (расстроено). Ничего, сынок. Ты все равно у нас самый лучший!

- Какие ощущения у вас вызывает поведение членов семьи?

- *Какие чувства и впечатления возникают?*

Данный тип воспитания называется «состязательный». В результате формируется доминирующий тип личности.

Признаки доминирования: это обычно чистый, опрятный ребенок; смотрит прямо, уверенно и спокойно; осторожен, сдержан в действиях и словах; любит блескать; хочет отличиться, быть первым; неудачи приносят ему много горя; старается ни в чем не уступать сопернику; похвала и отличие доставляют ему наибольшее удовольствие; не терпит порицания и критики, реагирует на них отрицательно; мстителен и злораден; его идеал – сила, власть; его интересует то, что приносит успех; окружает себя людьми инфантильного или явно лицемерного типа; спорит чужими словами, изречениями авторитетов; высокомерен; самоуверен, эгоистичен; активен; не соблюдает правил, этических норм, может их нарушать; преувеличивает собственные возможности; безразличен к интересам коллектива, сосредоточен на личной защите.

Рекомендации родителям:

1. Прекратить восторгаться своим ребенком и восхвалять его достоинства. Он и без этого имеет высокую самооценку.
2. Если ребенок достигает первенства в чем-либо, следует не бурно реагировать, а спокойно проанализировать, какой ценой достигнут успех, обратить внимание на нравственность средств и методов достижения цели.
3. Особое внимание уделить депрессивному состоянию, когда ребенок не достигает успеха в чем-либо, помочь ребенку выделить новые цели, адекватные его возможностям.
4. Руководствоваться рассудительным стилем семейного воспитания и не стремиться сломать характер.
5. Направлять активность ребенка на общественно полезную деятельность.
6. При сильном возбуждении ребенка нужно его не замечать, но не оставлять без внимания.
7. Давать ему только те задания, которые он реально может выполнить, так как он постоянно завышает свои возможности.
8. Исключить все формы состязания ребенка с окружающими.
9. Осторожно, корректно обращаться с ребенком, не занижая его возможности, так как это может вызвать неврастеническую реакцию.
10. Исключить из речевого оборота угрозы наказания и расправы с обидчиками или людьми, говорящими правду о вас и ваших детях.
11. Пресекать попытки ребенка нарушать нравственные нормы при стремлении достичь цели любыми средствами.
12. Вместе с ребенком размышлять над всеми проблемами, предоставляя ему при этом право на ошибку.

Заключительная часть.

Психолог проводит групповую рефлексию.

«Мальчики и девочки – почему они разные?»

Цель: ознакомление родителей с особенностями развития девочек и мальчиков, с их физиологическими и эмоциональными различиями.

Задача: дать рекомендации по воспитанию мальчиков и девочек.

Форма проведения: информационное сообщение, групповая консультация.

Участники: родители учащихся 3 класса.

Подготовительная работа: диагностика индивидуально-типологических особенностей (Теппинг-тест) (приложение 14), рисунки детей на тему «Космос».

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление.

Здравствуйте, уважаемые родители! Давайте вернемся на 8-9 лет назад. Ваш первый радостно-тревожный вопрос: «Кто у меня, мальчик или девочка?» А на вопросы близких: «Ну, кто?» - гордый ответ: «Мальчик!» - или счастливый: «Девочка!».

Во многих книгах мы видим неумолимое: «Ребенок в 1 год должен..., в 4 года должен..., к 7 годам должен...» И приводятся таблицы по возрастам: что должен уметь бесполый ребенок. Хотя восприятие, мышление, память и многое другое – индивидуальное и разное. Попробуем заглянуть под покров тайны, раскроем для себя загадки мира мальчиков и мира девочек.

Основная часть.

Начнем с того, как наши дети воспринимают мир. До 8 лет острота слуха у мальчиков в среднем выше, чем у девочек, но девочки более чувствительны к шуму. В 1-2 классе у девочек выше кожная чувствительность, то есть их больше раздражает телесный дискомфорт и они более отзывчивы на прикосновение и поглаживание. Игры девочек чаще опираются на ближнее зрение: они раскладывают перед собой кукол, тряпочки – и играют в ограниченном пространстве, им достаточно маленького уголка. Игры мальчиков чаще опираются на дальнее зрение: они бегают друг за другом, бросают предметы в цель и т.д., используя при этом все предоставленное им пространство. Это не может не оказаться на особенностях развития зрительной системы.

Кроме того, показано, что мальчикам в отличие от девочек для их полноценного психического развития требуется большее пространство. Если пространство мало в горизонтальной плоскости, то они осваивают вертикальную: лазают по лестницам, забираются в шкаф. Задайте себе вопрос: а вы умеете понимать и учить эти различия при воспитании детей разного пола?

Опять же если среди мальчиков много двоечников, то почему почти все выдающиеся ученые, художники, писатели, врачи – мужчины? И почему многие великие люди плохо учились в школе? А еще среди двоичников-мальчишек много тех, кто так и не сможет реализовать то, что подарила им природа.

Оказывается, мы не умеем учить мальчиков. Стратегия обучения и в детском саду, и в школе чаще всего рассчитана на девочек. Учат и девочек, и мальчиков чаще женщины: дома – мама и бабушка, в детском саду – воспитательница, в начальной школе – учительница, и лишь в старшей школе иногда появляются мужчины-предметники. Утверждают, что женщина вряд ли может вырастить настоящего мужчину. У неё другой тип мышления.

Давайте посмотрим рисунки детей: особенности мышления проявляются именно в детском рисунке. Вот дети рисовали на тему «Космос». Определите, где рисовали мальчики, а где девочки? (*Родители отвечают*).

Вообще мальчики чаще рисуют технику, их рисунки наполнены действием, движением. А девочки рисуют людей, в том числе и себя.

Как мальчики и девочки отвечают на занятиях в школе? Мальчик смотрит на парту, в сторону или перед собой и, если знает ответ, отвечает уверенно, а девочка смотрит в лицо учителю; отвечая, ищет подтверждение правильности своего ответа и только после кивка взрослого продолжает отвечать уже более уверенно.

И в вопросах детей прослеживается та же линия. Мальчики чаще задают взрослым вопросы ради получения какой-то конкретной информации, а девочки – для установления контакта с взрослым. То есть мужчины больше ориентированы на информацию, а женщины – на отношения между людьми.

Специалисты отмечают, что и время, необходимое для вхождения в урок, - период врабатываемости – у детей зависит от пола.

Психолог раздает родителям бланки с графиком работоспособности каждого ребенка по проведенному заранее Типпинг-тесту и анализирует полученные данные.

Девочки обычно быстро набирают оптимальный уровень работоспособности. Мальчики же раскачиваются долго. Когда они достигли пика работоспособности, девочки, наоборот, уже начали уставать.

У девочек в младшем школьном возрасте обычно лучше развита речь, часто они сильнее мальчиков физически. Но их ответы более однообразны. Мальчики нестандартно и интересно мыслят, но их внутренний мир часто скрыт от нас, так как они реже раскрывают его в словах. Они молчат, и нам кажется, они не думают, не ищут решений, а поиск идет.

Установлено, что мужчины лучше выполняют поисковую деятельность, выдвигают новые идеи, они лучше работают, если нужно решить принципиально новую задачу, но требования к качеству, аккуратности оформления невелики. И в школе мальчик может найти новое, нестандартное решение задачи, но сделать ошибку в вычислениях и получить в результате «двойку».

Женщины обычно лучше выполняют задачи уже не новые, а типовые, шаблонные, но когда требования к тщательности велики.

Итак, девочке нужно объяснить, как решать задачу, а мальчику не объяснять до конца, а натолкнуть его самого на нахождение принципа решения. Только так он поймет, а значит, и запомнит принцип решения.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные.
- Помните, что, когда женщина воспитывает и обучает мальчиков (а мужчина – девочек), ей мало пригодится собственный детский опыт, и сравнивать себя в детстве с ними – неверно.
- Не переусердствуйте, требуя от мальчиков аккуратности и тщательности выполнения вашего задания.
- Страйтесь, давая задания мальчикам, как в школе, так и в быту, включать в них упражнения на сообразительность.
- Помните, что мы часто недооцениваем эмоциональную чувствительность и тревожность мальчиков.
- Ругая девочку, не спешите высказывать свое отношение к ней – бурная эмоциональная реакция помешает ей понять, за что её ругают. Сначала объясните, в чем её ошибка.

- Ругая мальчика, изложите кратко и точно, чем вы недовольны, так как он не может долго удерживать эмоциональное напряжение. Его мозг как бы отключит слуховой канал, и ребенок перестанет вас слышать.
- Помните: для ребенка чего-то не уметь, чего-то не знать – это нормальное положение вещей. На то он и ребенок.

Заключительная часть.

Психолог подводит итоги, отвечает родителям на возникшие вопросы, проводит рефлексию.

«В вашей семье растёт пятиклассник...»

Цель: профилактика школьных трудностей при переходе из начальной школы в среднее звено.

Форма проведения: тематическое сообщение.

Участники: родители учащихся 4 класса.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Уважаемые родители!

Заканчивается начальная школа. Для вас наступает время важной работы — ведь в сентябре ваши дети в первый раз войдут в незнакомый кабинет, и с тревогой будут вглядываться в лицо нового классного руководителя.

Да, вам казалось, что основные трудности привыкания к школе позади, что закончились эти бесконечные строчки палочек, отступления “две клеточки вниз, две клеточки вправо” и т.д. Ваш ребёнок, наконец, перестал забывать класть дневник в портфель, научился хорошо читать, и вы облегчённо вздыхаете. Не обольщайтесь, время отдыха наступит ещё не скоро.

Вы считаете, что ваш ребёнок уже достаточно взрослый, самостоятельный?

К сожалению, чаще всего это — иллюзия. Ребёнок только пытается осваивать новые для него качества — ответственность, самостоятельность, волевую регуляцию поведения.

Вы готовы помочь своему ребёнку?..

Почему так нелёгок переход школьника из начальной школы в среднюю?

Для этого есть несколько серьёзных оснований:

- В начальной школе ребёнок обучался несколько лет в одном коллективе, у одного учителя, в одном кабинете. В пятом классе количество предметов увеличивается до 11, но самое главное — учителей будет столько же. И у каждого свои требования. Причём все уроки будут вестись в разных кабинетах. Представьте, что у вас — 10 начальников, и каждый из них командует по-своему. Представили? Примерно те же чувства будет испытывать ваш ребёнок.
- Очень часто в пятом классе меняется состав коллектива: некоторые дети уходят, на их место приходят новые. Это создаёт стресс для ребёнка, ведь приходится заново строить отношения со сверстниками.

- Учителя основной школы часто не делают различий между пятиклассниками, и, допустим, десятиклассниками, предъявляя ко всем одинаковые требования. Это не всегда результат психологической неграмотности, просто иногда за время перемены невозможно полностью перестроить свой стиль ведения урока.

Даже ученик, который успешно справляется с обучением в школе, умеющий общаться со сверстниками и учителями, вряд ли будет чувствовать себя комфортно, прийдя в пятый класс. Об этом свидетельствует тот факт, что в первой четверти пятого класса четвертные оценки по основным предметам оказываются на балл ниже выпускных.

Истоки многих проблем пятиклассников обнаруживаются ещё в начальных классах.

Обратите внимание, если ваш ребёнок:

- * в письменных работах пропускает буквы;
- * не умеет применять правила, хотя знает их формулировки;
- * с трудом решает задачи по математике;
- * плохо владеет умением пересказа текста;
- * невнимателен и рассеян;
- * неусидчив;
- * с трудом понимает объяснения учителя;
- * не умеет самостоятельно работать;
- * постоянно что-то забывает;
- * испытывает страх перед уроками, учителем, контрольной работой;
- * одинок,

то, скорее всего, эти проблемы сыграют свою роль в возникновении так называемой школьной дезадаптации. К сожалению, большое количество пятиклассников страдают от школьной дезадаптации.

Каких учеников ждут в пятом классе? Попробуем разобраться, что же именно должен знать и уметь ваш ребёнок.

- Пятиклассник должен уметь приспособиться к возрастающей учебной нагрузке без вреда здоровью и работать в едином темпе со всем классом на протяжении урока.

В начальной школе уделяется большое внимание развитию тонкой моторики руки ребёнка, поэтому при переходе в пятый класс уровень её развития должен соответствовать требованиям школы. Чтобы убедиться в этом, попросите своего сына или дочь:

- нарисовать рисунок цветными карандашами на заданную тему. Обратите внимание на степень нажима, аккуратность линий, умение штриховать, закрашивать предметы;
- вырезать по контуру мелкую фигуру из бумаги;
- повторить за вами движения, точно скопировать позы.

Успешно ли выполнены задания?

Чем вы можете помочь ребёнку:

Для развития тонкой моторики можно посоветовать следующие занятия и упражнения:

- черчение геометрических фигур с использованием линейки, циркуля;
- работу с ножницами — вырезание мелких деталей;
- различные виды изобразительной деятельности;
- конструирование, работа с мозаикой;
- одновременное рисование одного и того же рисунка правой и левой руками;
- освоение ремесел (можно записать своего ребёнка в какой-либо из кружков: девочек — вышивка, вязание, бисероплетение; для мальчиков — авиамоделирование, столярные работы).

- Главные требования к психологическому развитию ученика пятого класса — активность и самостоятельность. В ситуации, когда учитель дает задание, ребёнок должен самостоятельно построить свою деятельность по его выполнению. Предполагается, что пятиклассник осознаёт важность учебных задач и не отвлекается от процесса их выполнения. Если при решении задачи возникают трудности, ученик должен приложить все усилия по их преодолению.

О развитии произвольности говорит умение управлять возникающими эмоциями, сдерживать свои желания.

Кроме того, к пятому классу должны быть развиты такие волевые качества:

- ✓ самостоятельность;
- ✓ настойчивость (умение справляться с возникающими трудностями, доведение начатого дела до конца);
- ✓ инициативность (умение предложить новый вид деятельности, необходимую помощь);
- ✓ организованность;
- ✓ культурно-гигиенические привычки;
- ✓ привычка трудиться.

Предложите сыну или дочери сходить в магазин и купить разные продукты в разных отделах, подсчитывая их стоимость (самостоятельно).

Понаблюдайте, как он решает противоречия между желаемым и необходимым: например, к завтрашнему дню нужно выполнить домашнее задание, а по телевизору идёт интересный фильм.

Развитию произвольности, умению управлять своими действиями, способствуют:

- ✓ задания, связанные с планированием последовательности действий (сначала — на секцию, затем — выполнить домашние задания, а затем — гулять на улицу);
- ✓ различные игры, где требуется вырабатывать стратегию — например, шахматы, “Монополия”;
- ✓ помогайте ребёнку развивать волевую регуляцию поведения — “силу воли” (пока не выполню домашнее задание, не пойду к игровой приставке). Обязательно отмечайте все успехи ребёнка, но только не материальными способами.

- В процессе обучения важную роль играют особенности познавательной сферы. Для обучения очень важно, как развиты мышление и речь ребёнка, а также память и внимание.

Мышление.

К развитию мышления пятиклассника предъявляются серьёзные требования. Ученик должен уметь выделять главное и обобщать, разделять существенные и несущественные признаки предметов, сравнивать, рассуждать, делать выводы, доказывать.

Чем вы можете помочь ребёнку?

- ✓ В любой беседе с ребёнком старайтесь, как бы исподволь развивать его интеллектуальные навыки. Задавайте ему сложные, “каверзные” вопросы, решайте с ним задачи на смекалку, играйте в интеллектуальные игры.
- ✓ Привлекайте сына или дочь к поиску выхода из сложных проблемных ситуаций, которых немало в нашей повседневной жизни.
- ✓ Страйтесь сделать жизнь ребёнка менее зависимой от формулы “телевидение плюс компьютер минус книга”.

Память.

К развитию памяти в средней школе предъявляется главное требование — умение произвольно ею управлять. Ребёнок должен уметь организовывать процесс запоминания

(подготовки к урокам) и воспроизведения (ответа на уроке), т.е. контролировать свою память. Самое главное, что помогает справляться с нагрузкой, — умение выделять главное, понимать, осмысливать запоминаемую информацию.

Чем вы можете помочь ребёнку?

В семейной обстановке можно и нужно создавать условия для целенаправленного развития памяти.

- ✓ Ставьте перед ребёнком задачу запоминать важный материал на длительное время. Можно привести пример с таблицей умножения — она была выучена ещё в первом классе, а пользоваться ею можно всю жизнь.
- ✓ Если сыну или дочери предстоит выучить сложный материал, научите его пользоваться приёмом распределённого повторения. Запоминание происходит путём четырёхкратного прочтения текста. При первом чтении задача запомнить не ставится — только ознакомиться с ним. Во втором чтении важно хорошо понять материал. Во время третьего чтения происходит запоминание. Четвёртое чтение — проверка качества усвоения.
- ✓ Учите ребёнка рассказывать выученный материал вслух. Проговаривание выученного материала вслух очень важно, т.к. наша внутренняя речь является более сжатой и краткой, чем устная. Рассказывая в полный голос, можно сразу заметить пропуски, ошибки, недочёты.
- ✓ Упражнение “Внимательный художник”. Описать по памяти внешность одноклассника, интерьер класса и т.д.
- ✓ Упражнение “Зрительный диктант”. Показать ребёнку подряд несколько картинок (от 5 до 10). Задача ребёнка — запомнить их в таком же порядке и нарисовать на бумаге. Начать стоит с предметных картинок, а затем перейти к абстрактным символам, знакам.

Внимание.

Внимание пятиклассника должно быть таким, чтобы с учётом небольших пауз в течение урока ученик сохранял достаточно высокий рабочий темп.

Чем вы можете помочь ребёнку?

- ✓ Очень простой способ развития внимания — использование интересных заданий. Например, “Сравни две картинки. Найди различия”.
- ✓ Можно устраивать в семье конкурсы на самого внимательного. “Самый внимательный” — это тот, кто вспомнит, например, больше деталей просмотренного фильма, видеоклипа и т.д.
- ✓ Выполняйте с ребёнком задания по образцу “Корректурной пробы”.
- ✓ Детям очень нравятся задания на поиск ошибок в тексте. Придумайте сами предложения или возьмите их из учебника русского языка, сделайте несколько ошибок и предложите ребёнку их найти.

Речь.

Основные требования к развитию устной и письменной речи — использование сложных конструкций, связное изложение своих идей, умение доказать свою мысль, богатый словарный запас и грамотность.

Определить общий уровень развития речи достаточно просто. Для этого нужно побеседовать с ним на любую тему. Отметьте, умеет ли ребёнок:

- а) правильно строить предложения, использовать сложноподчинённые конструкции (потому что, затем, когда и т.д.);
- б) выражать своё мнение, начиная предложение со слов “Я думаю, что...”, “По моему мнению...”, “Я не согласен...” и т.д.;
- в) правильно и к месту употреблять слова;

г) при необходимости подобрать слово-синоним (“друг” — “товарищ”).

Чем вы можете помочь ребёнку?

- ✓ Каждый день читайте и обсуждайте прочитанное.
- ✓ Учите ребёнка мыслить вслух, выражать своё мнение, доказывать его.
- ✓ Исправляйте неправильное произношение, неверные ударения.
- ✓ Просите ребёнка пересказывать содержание просмотренного фильма, прочитанной книги.
- ✓ Попросите ребёнка подобрать противоположные слова (антонимы). Например, начало — конец.
- Коммуникативные навыки организуют взаимодействие с другими людьми, поэтому к их развитию в основной школе предъявляются особые требования.

Главное требование основной школы — готовность ребёнка к коллективным формам работы (умение работать в паре, группе, коллективе). Если ваш ребёнок умеет общаться со сверстниками, у него есть друзья, много приятелей, его не отвергают в детском коллективе, то сложности переходного периода коснутся его в меньшей степени. Если же ваш ребёнок с трудом находит общий язык со сверстниками, не умеет постоять за себя или, наоборот, всё время конфликтует, то трудностей в пятом классе, скорее всего, не избежать.

Чем вы можете помочь ребёнку?

- ✓ Больше разговаривайте с ребёнком, вовремя выявляйте все возникающие проблемы, не нужно сразу же пытаться самому вмешаться в отношения детей — ничего хорошего из этого обычно не выходит.
- ✓ Постарайтесь создать разные группы общения для ребёнка — запишите его в кружок, на секцию, берите с собой в гости, если там будут его сверстники.

В заключение хотелось бы пожелать родителям: выкраивайте ежедневно время, чтобы побывать с ребёнком, ведь поступление в основную школу — это очень важный переходный период в жизни ученика. И на этом сложном этапе ему очень нужны ваша помощь и поддержка.

«Идеальные родители»

Цель: знакомство родителей с современными психологическими подходами к воспитанию ребенка.

Форма проведения: «круглый стол»

Участники: родители учащихся 4 класса.

Подготовительная работа: анкетирование детей «Родители глазами детей» ([приложение 17](#)).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Идеальные родители.... Эта тема затрагивает всех и каждого, ибо каждый из нас чей-то родитель и каждый из нас чей-то ребенок. Когда дети маленькие, родители для них – верх совершенства, они принимают идеалы и ценности, нормы морали и поведения

родителей. С возрастом происходит смена значимых лиц, перестройка взаимоотношений с взрослыми. Чем взрослеет ребенок, тем критичнее его отношение к родителям.

Сегодняшняя наша встреча построена на основе анкетирования ваших детей.

Всем нам хочется быть хорошими родителями, а иногда даже идеальными. Что вы вкладываете в понятие «идеальный родитель»? (*Родители отвечают на вопрос*).

Давайте обратимся к результатам анкетирования и узнаем, **какими видят дети вас своих родителей. Психолог зачитывает и обобщает ответы детей на данный вопрос.**

В ответе на следующий вопрос дети описывали свои **отношения с родителями, используя пять прилагательных**.

Еще один вопрос звучал так: **«Достаточно ли времени уделяют вам родители?»**

На вопрос **«Если бы я был (а) моим папой (моей мамой)...»** ваши дети ответили так... (*психолог зачитывает ответы*).

Следующий вопрос заставил учеников задуматься над тем, **как их надо воспитывать** (*психолог комментирует ответы*).

Исходя из результатов анкетирования видно, что ваши дети любят и принимают вас такими, какими вы являетесь, без всяких условий. Наверное, и нам, взрослым, есть чему у них поучиться.

Давайте сейчас попробуем ответить на очень непростой вопрос: **«Какие же они, идеальные родители?»**

Качества идеальных родителей

- 1. Любовь и принятие ребенка таким, какой он есть**, независимо от его успешности, особенностей, соответствия нашим ожиданиям и представлениям о том, «каким я хочу видеть своего сына или дочь». Принятие – это основа конструктивных отношений с ребенком. Важно, чтобы эти отношения были настоящими, так как ребенок чувствует любую фальшь. Если родители, самые близкие, значимые люди, не готовы дать нам безусловную любовь, то чего же мы можем ждать от других людей? Только родители способны любить ребенка независимо от того, худой он или толстый, умный или тугодум, активный или неторопливый.
- 2. Помощь в понимании мира, обозначении границ приемлемого и недопустимого поведения.** Здесь задача родителей – объяснить, «что такое хорошо и что такое плохо». Родители именно те люди, которые первыми начинают показывать ребенку нормы и границы дозволенного и запретного, приемлемого и недопустимого. Обозначение границ помогает ребенку ориентироваться в окружающем мире. Ребенок, которому неизвестны правила и нормы, теряется от неопределенности, чувствует себя брошенным, не ощущает комфорта и безопасности, ну а далее сам начинает устанавливать грань допустимого и дозволенного. Чаще всего это приводит к нарушениям поведения, сложностям в принятии любых рамок, правил и стандартов. Здесь, во-первых, важно взвесить принципиальность и важность запретов, во-вторых, определить форму, в которой выставляются ограничения и запреты, в-третьих, следует наказание и осуждение поступка, а не личности в целом.
- 3. Последовательность и согласованность в действиях, запретах и разрешениях.** Принципиальное значение для воспитания любого ребенка имеет последовательность действий, санкций, поощрений и наказаний. Беда, если сегодня мы разрешили ребенку что-либо, что вчера запретили, потому что изменилось наше настроение. Вторая беда связана с несогласованностью слов и действий взрослых, с которыми общается ребенок. Разногласия родителей по поводу воспитания ребенка – явление распространенное, но стоит помнить, что ребенок не должен знать об этих разногласиях.

- 4. Умение слышать и понимать ребенка.** Умению слышать и понимать ребенка, строить с ним конструктивные отношения можно учиться. Человек не рождается на свет профессионалом ни в одной области, в том числе и в профессии родителя. Помните, что ребенок совсем не обязан быть таким, каким вы его хотите видеть. Он должен вырасти самим собой. Уравновешенность придет с годами, память и внимание можно развить, социальным навыкам научиться, но сбои в эмоциональной сфере, основой которых зачастую является неприятие родителей тех или иных черт сына или дочери, неадекватные реакции на поведение ребенка корректируются очень сложно, оказывая влияние на жизнь ребенка в самых разных сферах. Здесь важно отмечать любые успехи ребенка, пусть даже минимальные. Важно помнить и о воспитании собственным примером. Следует научиться не просто слушать, а слышать своего ребенка, проникая в его чувства и переживания.
- 5. Расти вместе с ребенком,** предоставляя ему столько свободы и заботы, сколько необходимо в тот или иной период развития. Наша взрослая задача – «сопровождать», быть рядом сначала физически, а затем рационально и эмоционально, подтверждая свою готовность к диалогу и поддержке, но, не проживая жизнь ребенка вместо него и не вторгаясь в то жизненное пространство, на котором он должен научиться сам решать задачи и удовлетворять свои потребности.
- 6. Ценить и уважать свою уникальность, свободу и развитие.** Принять тот факт, что ребенок не часть нас, а самостоятельное существование, имеющее право, возможности и способности принимать решения и совершать выбор, могут лишь те родители, которые ценят свою свободу, дорожат своей самостоятельностью. Принесение своей жизни в жертву ребенку рано или поздно оборачивается сложностями для обеих сторон или хотя бы для одной из них. Безраздельное внимание к ребенку, потребность участия во всех его делах, отказ от личной жизни или карьеры оборачиваются внутренним напряжением, взаимной неудовлетворенностью, даже конфликтами. Чем интереснее, значительнее, эмоционально и интеллектуально насыщенее становится наша жизнь, тем более интересными и значительными людьми мы становимся для своего ребенка. Помните, что ваша жизнь не заканчивается вместе с рождением на свет малыша и может продолжаться не только в нем. Уважать, ценить и принимать уникальность личности своего ребенка мы можем лишь тогда, когда сами ценим, уважаем и принимаем собственную уникальность.
- Сегодня, уважаемые родители, мы с вами говорили, казалось бы, о простых истинах. Однако как трудно в нашей повседневной жизни следовать этим нехитрым заповедям, как трудно соответствовать громкому эталону – «идеальный родитель». И все же это необходимо, ведь на карту поставлены судьбы не абстрактных, а реальных, наших единственных и неповторимых детей. Пусть наши отношения с ними будут гармоничными и дети с гордостью говорят окружающим: «Мои родители – идеальные!»

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Уважаемые родители!

Мы думаем, что обсуждение волнующих вас тем может быть полезным для вас и ваших детей.

Будем признательны за ответы на вопросы, которые помогут нам выбрать наиболее важные для вас темы.

1. Ознакомьтесь, пожалуйста, с возможными темами родительских собраний и отметьте те из них, которые вызывают интерес. Если в данном списке нет темы, которая вам интересна, укажите её, пожалуйста.

- «Мудрость ангелов» (игра).
- «Неуверенность в себе» (семинар).
- «Формирование у детей ответственности» (семинар).
- «Развитие самостоятельности у школьников в выполнении домашних заданий» (тематическое сообщение).
- Как не отбить у детей желание учиться» (информационное сообщение).
- «Как помочь ребенку сосредоточиться?» (тематическое сообщение).
- «О любви – взрослые и дети» (тренинг).
- «Возрастные особенности третьеклассников» (информационное сообщение).
- «Стили семейного воспитания» (беседа с элементами тренинга).
- «Мальчики и девочки – почему они разные?» (информационное сообщение).
- «Конфликт, как один из подводных камней школьной жизни» (лекция).
- _____
- _____
- _____
- _____

Сообщите, пожалуйста, ваше имя и фамилию, и контактный телефон:

Благодарим ВАС за помощь и готовность к сотрудничеству!

Приложение 3

**Памятка родителям
первоклассников**

*

Поддерживайте в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности, повысить его самооценку, придаст ему больше уверенности.

*

Начинайте «забывать» о том, что Ваш ребенок маленький. Давайте ему посильную работу в доме, определите круг обязанностей.

*

Нельзя с ребенком заниматься только уроками: с ним нужно обсуждать и внешкольные дела, мать должна по-прежнему принимать участие в играх ребенка. Важно, чтобы мать была спокойной, так как ребенок может просто «заразиться» её тревожным состоянием.

*

Составьте вместе с ребенком распорядок дня, следите за его соблюдением.

*

Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

*

Терпеливо обучайте детей реагировать на требования окружающих, ребенок должен понять, что требования взрослых необходимо выполнять обязательно.

Доброжелательно, не ругая и не читая нотации, обсуждайте с ребенком причины ссор и конфликтов, учите принимать во внимание настроение и желание другого человека.

*

Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами Вашего ребенка. Видеть мир глазами другого – основа для взаимопонимания.

*

Чаще хвалите и поддерживайте ребенка в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

*

Недопустимо ругать ребенка, если он оказался в чем-то несостоятельным, а тем более оскорблять его в присутствии посторонних. Уважайте чувства и мнение ребенка. На жалобы со стороны окружающих, даже учителя, отвечайте: «Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему».

*

Научите ребенка делиться своими проблемами. Обсуждайте с ним конфликтные ситуации, возникшие со сверстниками и взрослыми. Искренне интересуйтесь его мнением, только так Вы сможете сформировать у него правильную жизненную позицию.

*

Не сравнивайте своего ребенка с кем-либо в невыгодном свете, не ставьте никого в пример, он сам выберет себе пример для подражания. Помните, что каждый ребенок уникален и неповторим.

*

Отвечайте на каждый вопрос ребенка. Только в этом случае его познавательный интерес не иссякнет.

*

Взвесьте дополнительные интеллектуальные нагрузки. По силам ли ему ещё музыкальная или художественная школа? А может его лучше записать в бассейн – два занятия в неделю снимут и статистическую, и психическую усталость.

Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом. Общаясь с ним – радуйтесь, потому что ребенок – это праздник, который пока с вами.

Приложение 4

Кто я?

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....

Какой я?

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....

Приложение 6
АНКЕТА

Критерии	I	II	III	IV
<i>Увеличение веса на первом году</i>	В пределах нормы	В пределах и ниже нормы	Превышает среднюю норму	В пределах и ниже нормы
<i>Овладение движениями</i>	По возрасту	Часто раньше	На 4 – 6 недель позднее нормы	Часто позже
<i>Отношение к режиму дня</i>	Привыкает легко	Просыпается раньше	Просыпается позже	Засыпает раньше
<i>Поведение перед сном</i>	Лежит спокойно	Долго вертится	Лежит спокойно	Может поплакать
<i>Засыпание</i>	Быстро	Не сразу	Быстро	Не сразу
<i>Сон</i>	Глубокий	Неглубокий, чуткий	Спокойный, длительный	Неглубокий, Чуткий
<i>Отношение к шуму во время сна</i>	Не мешает	Просыпается от малейшего шума	Не мешает	Просыпается от малейшего шума
<i>Аппетит</i>	Устойчивый	Утром и вечером лучше	Хороший	Неустойчивый (когда как)
<i>Предпочитаемые игры и занятия</i>	Подвижные и спокойные	Требующие движения	Настольные игры в куклы	Настольные игры в куклы
<i>Отношение к новому</i>	«Интересно»	Возбуждается	Спокойное, нейтральное	Пугается, плачет
<i>Контакт с детьми</i>	Вступает легко	Поверхностный	Малообщителен	Остро переживает обиды
<i>Эмоции</i>	Чаще положительные	Яркие, бурные, шумные	Редко смеётся, молчит	Часто хнычет
<i>Плачет</i>	Редко, по делу	При неудовлетворении желания	Редко	По малейшему поводу
<i>Сумма баллов</i>				

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

«Попугай»

1. Соблюдать режим дня (питание, сон, полноценная активность).
2. Создать для ребенка благоприятную развивающую среду, условия для подвижных игр и для спокойных занятий (лото, мозаика и пр.).

«Мартышка»

1. Обеспечить ребенку спокойную обстановку, общаться с ним только ровным тоном.
2. Учить ребенка играть за столом (лепить, рисовать) – развивать усидчивость.
3. Требовать доводить начатое дело до конца (убирать игрушки и др.).
4. Отвлекать от запретного, предлагая другие интересные дела, а не злоупотреблять словом «нельзя».
5. Учить ребенка добром от ношению к окружающим детям и взрослым.

«Слоненок»

1. Запастись терпением.
2. Не делать за ребенка то, что он может и должен делать сам.
3. Устраивать с ребенком игры-соревнования «Кто быстрее?»
4. Систематически проводить с ребенком подвижные игры и упражнения (обустроить в доме «спортивный уголок»).

«Удав»

1. Обеспечить ребенку спокойную домашнюю обстановку, разговаривать с ним ровным тоном, проявлять ласку.
2. Готовить ребенка заранее к новым событиям в жизни.
3. Помочь ребенку подружиться с другими детьми.
4. Чаще хвалить, но не опекать излишне.
5. Предупредить появление таких черт характера, как неуверенность в себе, обидчивость, боязливость, замкнутость.

Как помочь ребенку стать уверенным?

1. *Уважать его душевный настрой.* Бывает: то, что ребенок говорит, родителям кажется глупостями. Но это не всегда так. Ребенок имеет право чувствовать и говорить то, что хочет, если это не приносит вреда окружающим.
2. *Проявлять уважение к намерениям.* Ребенок имеет право хотеть то, что он хочет. Однако ему нужно объяснять, что не все желания нужно выполнять немедленно, а некоторые и вообще не стоит выполнять.
3. *Дарить безусловную любовь.* Дети должны чувствовать, что им не требуется специально делать что-то, чтобы заработать любовь. Очень полезно задавать себе вопрос: «Всё ли я делаю для того, чтобы поступками моего ребенка двигала любовь, а не страх?»
4. *Помочь ребенку почувствовать собственную значимость* через освоение самостоятельности. Можно составить контрольный список обязанностей и требовать выполнения. Ни в коем случае не делать за ребенка то, что он уже может сделать сам, пусть иногда медленно или не совсем хорошо. Поддерживать принятие детьми самостоятельных решений.
5. *Помочь принять обучающую роль ошибок.* Не стоит слишком сильно оберегать от совершения ошибок. Важно помочь осмыслить тот позитивный опыт, который был получен. Ключевая фраза, которая здесь может помочь: «Поражение – прекрасная возможность научиться чему-то новому».
6. *Содействовать формированию положительного образа «Я».* Ребенок должен знать, прежде всего, о своих достоинствах, а потом уже о недостатках. Подчеркивать личные заслуги детей.
7. *Давать выражать свои чувства открыто.*
8. *Помогать ребенку верить в интуицию.*
9. *Напоминать ребенку, что он вам нужен, необходим, играет важную роль в вашей жизни.*
10. *Позволять ребенку расти в соответствии со своими физиологическими и личностными возможностями и способностями.* Он не обязан абсолютно соответствовать образу, желаемому родителями. Часто ребенок, горячо любя своих

родителей, сильно переживает, что не может быть таким, каким они хотят его видеть. И от этого результаты его деятельности только ухудшаются.

Приложение 9

Памятка "Об ответственности"

Быть ответственным –
значит самостоятельно принимать решение и осознавать необходимость
действия.

Компоненты ответственности:

- понимание задачи,
- согласие с поставленной задачей,
- умение самостоятельно мотивировать свои действия.

Дети часто копируют поведение своих родителей.

Уровни ответственности:

Первый уровень. Ребенок в качестве помощника.
Второй уровень. Ребенок нуждается в напоминании и контроле.
Третий уровень. Выполняет задание самостоятельно.

Условия воспитания ответственности:

- самоуважение,
- разумные ограничения,
- продолжительность и постепенность,
- учет возрастных и индивидуальных особенностей,
- учет личного опыта.

Памятка по развитию внимания

Наблюдательность и объем:

1. Очень простой способ развития внимания — использование интересных заданий. Например, “Лабиринт”, прослеживание перепутанных линий, поиск скрытых фигур.
2. Можно устраивать в семье конкурсы на самого внимательного. “Самый внимательный” — это тот, кто вспомнит, например, больше деталей просмотренного фильма.
3. Предложите ребёнку рассмотреть предмет и, удалив его из поля зрения, перечислить как можно больше деталей.
4. Ребёнок должен запомнить расположение предметов и при перестановке поставить в первоначальном порядке.

Концентрация внимания:

1. “Сравни две картинки. Найди различия”.
2. Выполняйте с ребёнком задания по типу “Корректурной пробы”, в которых предлагается находить и вычеркивать определённые буквы в печатном тексте. Эта работа должна проводиться ежедневно (по 5 минут в день) в течение 2-4 месяцев.
3. «Арифметический диктант». Родитель читает ребёнку арифметические задачи. Ребёнок должен решать их в уме. Полученные числа также надо держать в уме. А результаты вычислений записать только тогда, когда родитель скажет: «Пиши!». Например: «Даны два числа: 60 и 3. Сложи первое число и второе... и от полученного числа отними 20.... Затем отними ещё 4. ... Пиши!».
4. Детям очень нравятся задания на поиск ошибок в тексте. Придумайте сами предложения или возьмите их из учебника русского языка, сделайте несколько ошибок и предложите ребёнку их найти.
5. «Повтори ритм». Родитель постукивает карандашом по столу определённый ритм, а ребёнок пытается правильно повторить этот ритм.

Распределение внимания:

1. Ребёнку предлагается чтение небольшого текста. Чтение сопровождается негромким постукиванием карандаша по столу. Ребёнок должен запомнить текст и сосчитать количество ударов.
2. Предложите ребёнку считать до 30, заменяя хлопком числа, которые делятся на 3 или содержат 3.

Переключение внимания:

1. «Каждой руке – своё дело». Ребёнка просят левой рукой медленно перелистывать в течение 1 мин. книгу с иллюстрациями (запоминая их), а правой чертить геометрические фигуры.

2. «Ищи безостановочно». В течение 10-15 секунд увидеть вокруг себя как можно больше предметов одного и того же цвета (или формы, материала). По сигналу родителя ребёнок начинает перечислять предметы.

Приложение 11

Агрессия –

это деструктивное поведение, которое противоречит нормам и правилам существования людей в обществе, приносящее физический и моральный ущерб людям, или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Стили родительского воспитания (в ответ на агрессивные действия ребенка)

Стратегии воспитания	Конкретные примеры стратегии	Стиль поведения ребенка	Почему ребенок так поступает
Резкое подавление агрессивного поведения ребенка	«Прекрати!», «Не смей так говорить». Родители наказывают ребенка	Агрессивный (ребенок может прекратить сейчас, но выплеснет свои отрицательные эмоции в другое время и в другом месте)	Ребенок копирует родителей и учится у них агрессивным формам поведения
Игнорирование агрессивных вспышек ребенка	Родители делают вид, что не замечают агрессии ребенка или считают, что ребенок еще мал	Агрессивный (ребенок продолжает действовать агрессивно)	Ребенок думает, что все правильно, и агрессивные формы поведения закрепляются в черту характера
Родители дают возможность ребенку выплеснуть агрессию приемлемым способом и в тактичной форме запрещают вести себя агрессивно по отношению к другим	Если родители видят, что ребенок разгневан, они могут вовлечь его в игру, которая снимет его гнев. Родители объясняют ребенку, как надо вести себя в определенных ситуациях	Скорее всего, ребенок научиться управлять своим гневом	Ребенок учится анализировать различные ситуации и берет пример со своих родителей

Критерии агрессивности

Ребенок:

- Часто теряет контроль над собой
- Часто спорит, ругается с взрослыми
- Часто отказывается выполнять правила
- Часто специально раздражает людей
- Часто винит других в своих ошибках
- Часто сердится и отказывается сделать что-либо
- Часто завистлив, мстителен
- Чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих (детей и взрослых), которые нередко раздражают его.

Анкета «Признаки агрессивности»

Ответьте, пожалуйста, на каждое утверждение «да» или «нет».

Исследуемый ребенок	Да	Нет
1. Злой дух временами вселяется в него		
2. Он не может промолчать, когда чем-то недоволен		
3. Когда кто-то причиняет ему зло, он старается отплатить ему тем же		
4. Иногда ему без всякой причины хочется выругаться		
5. Бывает, что он с удовольствием ломает игрушки		
6. Иногда он так настаивает на чем-либо, что окружающие теряют терпение		
7. Он не прочь подразнить животных		
8. Очень сердится, если ему кажется, что кто-то подшучивает над ним		
9. Кажется, что иногда у него вспыхивает желание сделать плохое, шокирующее окружающих		
10. В ответ на обычные распоряжения стремится все сделать наоборот		
11. Часто не по возрасту ворчлив		
12. Воспринимает себя как самостоятельного и решительного		
13. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других		
14. Неудачи вызывают у него сильное раздражение, поиски виноватых		
15. Легко ссорится, вступает в драку		
16. Старается общается с младшими и физически более слабыми		
17. У него нередки периоды мрачной раздражительности		
18. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится		
19. Уверен, что любое задание выполнит лучше других		

Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.

Высокая агрессивность – 15 – 20 баллов.

Средняя агрессивность – 7 – 14 баллов.

Низкая агрессивность – 1 – 6 баллов.

Ребенок (активен, желает много знать, имеет много интересов, добросовестно относится к учебе). Мама, к нам в школу сегодня приходил руководитель кружка ИЗО. Я хочу к нему ходить! Там так интересно!

Мать (с теплом, заботой и уважением к его активности). Ну, если тебе это интересно, то, конечно, иди. Ты же любишь рисовать!

Отец (на равных, рассуждая и давая пищу для размышления). Хорошо, ты можешь ходить, но подумай, как следует: это отнимает много свободного времени, а у тебя скоро конец четверти, контрольные. Сможешь ты всюду успеть?

2-я сценка: контролирующий стиль

Девочка (с опасением и боязнью). Завтра у Маши день рождения. Можно мне пойти на праздник?

Отец (строго). Я звонил сегодня твоему классному руководителю. Она сказала, что ты плохо написала диктант! Какие тебе гулянки?! Будешь сидеть и учить, пока не вызубришь все правила!

Мать (пытаясь смягчить ситуацию, но все же строго). Отец прав. Ты заставляешь нас краснеть перед учителем!

Девочка (умоляюще и неуверенно). Но ведь Маша – моя лучшая подруга!

Мать (делая одолжение). Ладно, уж. Но чтобы ровно в восемь была дома! Иначе больше вообще никуда не пойдешь!

3-я сценка: состязательный стиль воспитания

Ребенок. У нас в школе проходит конкурс на лучший плакат к 8 марта.

Мать (восторженно). Дорогой, ты же так замечательно рисуешь! Тебе обязательно нужно поучаствовать! Мы с папой тебе поможем. У тебя будет самый лучший плакат в школе!

Отец (с энтузиазмом). Конечно, мы всем нос утрем!
(Спустя неделю).

Ребенок приходит из школы и сообщает родителям, что победа в конкурсе досталась его однокласснику.

Отец (возмущенно и несколько агрессивно). Как?! Кто мог лучше тебя это сделать?! Да этот Миша вообще рисовать не умеет! Конечно, у него же мама учитель, ему подсуживали!

Мать (расстроено). Ничего, сынок. Ты все равно у нас самый лучший!

Теппинг-тест

Необходимые материалы: секундомер, карандаш и расчерченный лист бумаги.

Очень важно:

1. В точности повторить размер квадратов (два ряда по три квадрата, каждый из них 4 на 4 сантиметра).
2. Объяснить ребенку, что квадраты заполняются в порядке, пронумерованном цифрами от 1 до 6.
3. При выполнении теста ребенок не должен блокачиваться на стол, рука должна быть на весу.
4. На заполнение каждого квадрата отводится по 5 секунд.

1.	2.	3.
6.	5.	4.

Инструкция. Перед каждым из вас лист с пронумерованными квадратами. Сейчас вы будете стучать карандашом по квадратам в указанном порядке от 1 до 6, заполняя квадрат просто точками. При этом нельзя блокачиваться на стол, рука должна быть на весу. Переходить к следующему квадрату можно только по команде: «Дальше!» Начинаем работать – стучать – по команде: «Начали!» На каждый квадрат отводится по 5 секунд, а потом, напоминаю, по команде «Дальше!» переходим к следующему квадрату. Ваша задача – поставить в квадрате как можно больше точек. Итак, вы готовы? Начали! Подсчитайте количество точек в каждом квадрате и запишите. Затем подсчитайте среднее количество для шести квадратов (для этого сложите количество точек в каждом квадрате и разделите на 6)

График работоспособности

Составьте график работоспособности, используя точки, расставленные в квадратах. Напротив номера каждого квадрата отметьте то количество точек, которое в нем поставлено. Полученные результаты могут быть условно разделены на 5 типов, характеризующих различные варианты работоспособности.

1. **Сильный тип.** Темп (количество точек) нарастает к середине, а затем постепенно снижается.

2. Средний тип. Максимальный темп сохраняется некоторое время без изменений, а затем постепенно снижается.

3. Средне-слабый тип. Темп снижается уже после 10 секунд и остается сниженным в течение всей работы. При этом возможно периодическое возрастание и убывание темпа (волнообразная кривая).

4. Слабый тип. Максимальный темп снижается практически сразу с момента начала деятельности и остается сниженным до конца работы.

Для детей 9-12 лет

20 точек и меньше – медленный темп. Ребенок склонен выполнять любые задания в медленном темпе. Поэтому та скорость, с которой он работает, является для него нормальной. Заставлять его работать быстрее – значит травмировать психику ребенка, создавать для него стрессовую ситуацию.

20-25 точек – средний темп. Нормальный темп работы.

26 точек и выше – высокий темп. Ребенок умеет и может работать в очень быстром темпе.

Анкета «Родители глазами детей»

1. Мои родители – это.....
.....
.....
2. Назовите 5 прилагательных, которые описывают ваши отношения с родителями.
.....
.....
.....
.....
.....
3. Достаточно ли времени уделяют вам родители?
4. Если бы я был (а) моим отцом (моей мамой)
.....
.....
.....
.....
.....
5. Как тебя надо воспитывать?

.....
.....
.....
.....
.....

ЛИТЕРАТУРА

1. *Фалькович Т. А., Толстоухова Н. С., Обухова Л. А.* Нетрадиционные формы работы с родителями. М.: 5 за знания, 2005.
2. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. М.: Генезис, 2001.
3. Школьный психолог, 2009, №7.
4. Школьный психолог, 2008, №10.
5. Школьный психолог, 2006, №12.
6. *Андрюхина Н.* Как помочь пятикласснику?// Школьный психолог, 2003, №30.
7. *Губкина Т.* Родительский клуб // Школьный психолог, 2000, №25.
8. *Коблик Е. Г.* Первый раз в пятый класс. Программа адаптации детей к средней школе. – М.: Генезис, 2003.
9. *Левченко С. В.* Как исследовать причины дезадаптации пятиклассников // Практика административной работы в школе. – 2005, №5.
10. *Сосова Н. Л.* В пятый класс – в первый раз: пособие по профилактике и коррекции школьных проблем учеников 10-11 лет. СПб., 2001.
11. *Первушина И.* Влияние горя на отношения «родитель-ребенок» // Школьный психолог, 2006, №2.
12. *Москаленко В. Д.* Что угодно для души? – М.: Панорама, 1991.
13. *Кей К.* Добро пожаловать, малыш! – М., 2001.
14. *Карелина Н.* Мальчики и девочки – почему они разные? // Школьный психолог, 2008, №16.
15. *Кравцова М.* Плохие слова // Школьный психолог, 2004, №15.
16. Психологическая практика «Первые дни ребенка в школе» // Методическое пособие для студентов факультета психологии, практических психологов и учителей начальной школы. – Шадринск, 1998.
17. Школьный психолог, 2002, №6.
18. *Попова Д. А.* Как подготовить ребенка к школе? – М., 2006.
19. Начальная школа, 2004, №33.
20. Завуч начальной школы, 2008, №3.
21. *Хухлаева О.* Работа психолога с родителями: концепция и технологии // Школьный психолог, 2006, № 18, 19, 20.
22. *Кравцова Е, Кравцова О.* Я бы в дворники пошел... или Как не отбить у детей желание учиться // Школьный психолог, 2004, №12.
23. *Комышева С, Тупицына Е.* Родители и дети: противостояние или сотрудничество // Школьный психолог, 2008, №16.
24. *Пилипко Н, Чубисова М.* Тематические встречи // Школьный психолог, 2004, №9.
25. *Артюхова И.* Треугольники ответственности // Школьный психолог, 2001, №21.
26. *Александрова А.* Ребята и зверята, или индивидуализация по Остеру // Школьный психолог, 2005, №14.
27. *Остер Г.* Избранные произведения. – М., 1991.
28. Уржумова Т. Стили семейного воспитания // Школьный психолог, 2008, №16.
29. Ермолаев О. Ю, Марютина Т. М, Мешкова Т. А. Внимание школьника. – М., 1987.
30. Кикоин Е. И. Младший школьник: возможности изучения и развития внимания. – М., 1993.
31. *Данилова Е.* Третьякласники // Школьный психолог, 2002, №9.
32. *Лютова Е. К, Монина Г. Б.* Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2006.
33. *Дереклеева Н. И.* Новые родительские занятия: 1-4 классы. – М.: ВАКО, 2006.
34. Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Д.Лэйна, Э. Миллера – СПб: Питер, 2001 (Серия «Практикум по психотерапии»).
35. *Реан А. А.* Агрессия и агрессивность личности. – СПб., 1996.
36. *Фурманов И.А.* Детская агрессивность. – Минск, 1996.

37. Заваденко Н. Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. – М., 2000.
38. Ясюкова Л. А. Методика определения готовности к школе. – СПб., 1999.
39. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. Сфера, 1996.
40. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М.: Новая школа, 1995.
41. Левитина С. С. Можно ли управлять вниманием школьника? – М., 1980.
42. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М., 2000.