

Методические рекомендации социального педагога

Советы для родителей

«Родителям об отношении к ребенку»

1. *Необходимо помнить, что воспитание – это всегда отношения. Поэтому усилия нужно направлять не только на ребенка или не на себя, но и на взаимоотношения с ребенком.*
2. *Важно принимать ребенка таким, какой он есть.*
3. *Обязательно учитывать возрастные, индивидуальные особенности детей. Главное – терпение и время, особенно в кризисные периоды жизни, среди которых особо выделяется подростковый возраст.*
4. *Общение должно осуществляться без прямых средств воздействия (команд, угроз, замечаний, нотаций, наказаний и т.д.). Просьба – лучшая форма делового общения с детьми.*
5. *Основной принцип семейного воспитания – не подчинение, а сотрудничество в области общих целей.*
6. *Основная потребность ребенка – это потребность в безопасности, которую может обеспечить, прежде всего, семья.*
7. *Реализуя семейное воспитание, необходимо гармоничные условия в семье.*
8. *Главное условие семейного воспитания – атмосфера доброжелательности, искренности, чуткости и внимания; участие родителей в делах детей, их заинтересованность; наличие позитивных эмоций.*
9. *Важно помнить, что культуру чувств можно воспитывать.*
10. *Для ребенка необходима свобода, самостоятельность, независимость, его вера в свой успех.*
11. *В воспитании существуют моменты, когда нельзя ругать и наказывать ребенка. К ним относятся:*
 - болезнь или какое-либо недомогание;*
 - время приема пищи, время после сна или перед сном, во время игры, во время работы;*
 - сразу после физической или душевной травмы (падение, драка, плохая отметка, неудача) – нужно, по крайней мере, переждать, пока утихнет острая боль;*
 - когда ребенок не справляется со страхом, с невнимательностью, ленью, с подвижностью, с раздражительностью, с любым недостатком, прилагая искренние старания;*
 - когда проявляется неспособность, бестолковость, неловкость, глупость, неопытность – то есть во всех случаях, когда что-либо не получается;*

когда внутренние мотивы поступка, самого пустякового или самого страшного, родителям непонятны;

когда сами родители устали, огорчены или раздражены по каким-то своим причинам.

12. Главное помнить, что дети учатся не столько на своих ошибках, сколько на своих успехах.

«Советы родителям на каждый день»

1 совет

Изучите особенности своего ребёнка, признавайте и утверждайте чувство собственного «Я» у ребёнка, подчёркивайте его значимость («Какой (ая) ты молодец!»). Искренне восхищайтесь им, поощряйте его инициативу и самостоятельность («Твоё предложение очень интересное»).

2 совет

Не стремитесь к тому, чтобы управлять жизнью ребёнка. Не вмешивайтесь в его занятия, с которыми он справляется сам. Чаще прислушивайтесь к советам ребёнка, учитесь у него, объединяйте свои усилия с усилиями ребёнка. Поддерживайте в нём чувство его уникальности («Как хорошо, что ты у нас есть, ты самый родной наш человек»).

3 совет

Вырабатывайте единый подход по отношению к ребёнку, несмотря на присутствие различных стилей общения в семье среди взрослых. Это позволит ребёнку ярко проявлять свой внутренний мир и чувствовать себя защищённым.

4 совет

Не вести общение друг с другом по стандартному «конфликтному сценарию» и употреблять при этом запрещённые фразы типа: отстань от меня, как ты мне надоел и др.

5 совет

Чаще употреблять в семейном общении доброжелательность, эмоциональные выражения («С тобой мне так легко»..., «Я бы никогда не смогла сделать так же хорошо как ты...»).

6 совет

Постараться использовать в процессе общения с детьми компоненты культуры, эффективного общения: любовь, уважение, вера, справедливость, отзывчивость.

7 совет

Устанавливать с детьми доверительные, искренние отношения. Использовать при этом улыбку, доброжелательный тон, ласковое прикосновение, активное слушание.

8 совет

Правильно и умело общаться с ребёнком: стараться понять и принять его. Использовать в повседневном общении приветливые фразы, например: «Я рада тебя видеть, нам было очень скучно без тебя», «Всё у тебя получится».

9 совет

Избегать повелительного наклонения: «Сделай», «Убери», оскорбительных обращений, не повышайте голос, ничего не заставляйте делать насильно.

10 совет

Проявляйте к ребёнку интерес, сопереживайте ему и цените его, будьте соучастником всякой его деятельности. Помогите ему выдвигать ближние и дальние цели своей жизни.

11 совет

Бережно прикасайтесь к внутреннему миру ребёнка, показывайте ему, что он очень дорог и важен для вас.

«Ребенок родителю!»

- Не балуйте меня, Вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне все, что я запрашиваю. Я просто испытываю Вас.*
- Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.*
- Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.*
- Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.*
- Не давайте обещаний, которые вы не можете выполнить, это поколеблет мою веру в вас.*

- *Не поддавайтесь на мои провокации, когда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто расстроить вас. А то затем я пытаюсь достичь еще больших «побед».*
- *Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я ненавижу вас». Я не имею это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне.*
- *Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».*
- *Не делайте для меня и за меня того, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу продолжать использовать вас в качестве прислуги.*
- *Не позволяйте моим «дурным привычкам» привлекать ко мне чрезмерную долю вашего внимания. Это только вдохновляет меня на продолжение их.*
- *Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.*
- *Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится намного хуже. Будет нормально, если вы предпримете определенные шаги, но давайте поговорим об этом несколько позднее.*
- *Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.*
- *Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки – смертный грех. Я должен научиться делать ошибки, не ощущая, что я ни на что не годен.*
- *Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.*
- *Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам знаю, почему поступаю так, а не иначе.*
- *Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.*
- *Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Так я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.*

- *Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.*
- *Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне слишком большое внимание.*
- *Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, что я перестану задавать вам вопросы вообще и стану искать информацию где-то на стороне.*
- *Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вы вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мной занимались.*
- *Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это даст мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.*
- *Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.*
- *Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.*
- *Не забывайте, что я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения, но похвала, когда она честно заслужена, иногда все же забывается. А нагоняй, кажется, никогда.*
Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом. Запомните, что я учусь, больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.
- *И, кроме того, я вас так сильно люблю, пожалуйста,*

Что делать, если ребенок дерется?

Многие родители сталкиваются с ситуацией, когда их ребенок начинает драться со сверстниками на детской площадке, в детском саду или в школе, бить родителей или других членов семьи. И от того, как поведут себя родители в такой ситуации, зависит будущее отношение ребенка к дракам и другим проявлениям агрессии.

Чем младше ребенок, тем менее осознанно он относится к драке. Он не понимает еще, что может причинить боль другому. Поначалу ребенок просто пробует ударить кого-то в качестве эксперимента, чтобы проверить реакцию. Если реакция на удары всегда одна и та же, то достаточно нескольких раз, чтобы ребенок понял, что такое поведение неприемлемо. А когда мама в ответ на удар обижается, бабушка умиляется и смеется, а дети во дворе дают сдачи, то ребенок не может понять, какая же реакция правильна. И повторяет свой эксперимент снова и снова.

Если ребенок бьет родителей, то показать ему, что это неприемлемо родители могут только соответствующей реакцией. Кричать или плакать практически бесполезно. Ведь именно такую реакцию и хочет спровоцировать маленький драчун. Поэтому если ребенок ударил маму, то ей следует твердо и спокойно отвернуться от ребенка, вывести ребенка в другую комнату или самой уйти, всем своим видом показывая ребенку, что мама обижена. Если при этом дома находится еще кто-нибудь из членов семьи, то он должен подойти к «обиженной» маме и пожалеть ее, погладить, полностью игнорируя ребенка. Когда малыши не получают шоу и внимания к себе, он начнет задумываться.

Ребенок дерется с другими детьми в детском саду или в школе, на детской площадке. На него жалуются другие родители и педагоги. Чаще всего такая ситуация происходит не на глазах у родителей и выяснить кто прав и кто виноват не так просто. Для начала важно понять, что драка тоже бывает разной. Одно дело если ребенок сам задирает сверстников и совсем другое – если он таким образом защищает себя или своего товарища, свои игрушки. Научить ребенка отстаивать свои интересы очень важно, но при этом следует объяснить ему, что драка – это очень крайний метод и его по возможности следует избегать.

Нужно поговорить с одним из «свидетелей» драки: учителем, воспитателем. Только делать это нужно не в присутствии ребенка, пусть позже он сам изложит его версию событий, причем версия эта может сильно отличаться от того, какой ситуацию видят взрослые. Если ребенок может осмысленно и четко рассказать о причине драки, то скорей всего он прав. А вот если он пытается уклониться от разговора, отмолчаться, что-то придумать на ходу – он наверняка сам чувствует себя неправым или же просто не придает драке большого значения.

Если драки единичны и случаются очень редко, то они не должны вызывать у родителей сильного беспокойства, а если же это перерастает в постоянную привычку размахивать кулаками, то действовать нужно решительнее. Если ребенок видит других детей своими врагами, то следует попытаться вместе с малышом найти в сверстниках не только плохие, но и хорошие качества. Можно также записать ребенка в спортивную секцию, где он будет давать выход своей энергии, например, на боксерской груше. Если драка произошла на глазах родителей ребенка, то от их реакции зависит очень многое. Если родителя сразу же кинутся защищать своего ребенка, не разбираясь кто прав и неправ, то это укрепит у малыша веру в то, что он особенный, он лучше других и вполне может поступать так, как вздумается. А если же, наоборот, родители примутся стыдить и ругать малыша, то это может помочь лишь на короткое время. В другой раз ребенок не будет драться при родителях, но как только они отойдут, возьмется за старое.

Поэтому лучшая линия поведения родителей – не вмешиваться в ситуацию, пока она не опасна для здоровья детей. Если дети хотят пустить в ход палки или камни, то это опасные предметы следует молча отнять, а «разбор полетов» лучше отложить до прихода домой. Для ребенка действенным может оказаться замечание от постороннего человека, например, родителя одного из детей на площадке или в садике. При этом не нужно слишком защищать ребенка, когда он кинется «под крылышко». Важно сказать ему что-то в духе: «Вот видишь, другие дяди и тети тоже считают, что драться плохо. Поэтому они не хотят, чтобы ты играл здесь. В следующий раз они нас сюда не пустят. Ты же не хочешь этого?». Если ребенок неправ, то предложите ему извиниться перед его «жертвой» и

помириться. Если ребенок откажется, прогулка на этом заканчивается.

Научить ребенка не драться и решать свои споры мирным путем очень сложно, но вполне реально. Терпения и крепких нервов всем родителям!

Советы родителям:

Находите время для совместных игр или занятий с детьми. Когда родители играют с детьми и вместе развлекаются, их отношения укрепляются. Каждый день обязательно уделяйте немного времени на то, чтобы выслушать своих детей и вместе заняться чем-нибудь веселым.

Смело проявляйте свою любовь к ребенку. Будьте нежны и ласковы, как можно чаще говорите, что вы его любите.

Но не душийте его своей любовью.

Не придирайтесь, не ворчите, не браните, не читайте лекций и нотаций. Активно используйте поощрение. Повторяется то, на что обращают внимание. Если мы хотим добиться хорошего поведения, мы должны подмечать именно его, а не жаловаться на плохое.

Не бойтесь спрашивать совета у ребенка. Этим вы покажете ему, что относитесь к нему с уважением и цените его мнение.

Если вы хотите, чтобы дети чего-то не совершали, то не делайте этого сами у них на глазах. И наоборот, если вы хотите, чтобы ребенок что-то делал, демонстрируйте это своим поведением. Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок пил или курил, не пейте и не курите сами. Не ждите от ребенка любви к чтению, если вы сами не являетесь примером читающего человека

Не следуйте двойному стандарту по отношению к своему поведению и поведению своих детей. Если вы хотите, чтобы ребенок поменьше смотрел телевизор, то и сами не смотрите его часами.

Не стыдитесь признаться ребенку, что вы совершили ошибку. Родители, никогда в этом не признающиеся, воспитывают в своих детях страх неудачи.

Не опекайте ребенка чрезмерно. Если вы не позволяете поехать ребенку на экскурсию со своим классом из-за того, что что-нибудь

может случиться, то вы привьете ему страх перед риском и лишите возможности стать независимым.

Не сидите рядом с ребенком, заставляя его выполнить домашнее задание. Этим самым вы берете на себя ответственность за его школьные дела. Это не значит, что вы не можете ему помочь, если ребенок чего-то не понял. Родители, которые сидят за уроками со своими детьми, не дают им возможности научиться работать и мыслить самостоятельно.

Не относитесь пренебрежительно к общепринятым правилам поведения и распорядку дня. Ребенок, который не привык к порядку и не научился выполнять домашние обязанности, может столкнуться с трудностями адаптации в школе.

Не платите ребенку за выполнение домашних обязанностей. Мы платим тем людям, которые нам прислуживают. Платя ребенку за работу дома, мы не даем ему почувствовать себя полноценным членом семьи. Выдавайте ребенку деньги на карманные расходы, не используя их как награду или наказание.

Не позволяйте себе в разговоре с ребенком умалять его чувство собственного достоинства. Разговаривайте с ним так же вежливо и уважительно, как со взрослым человеком.

Не показывайте неравного отношения к детям, обращаясь с кем-то лучше, чем с другими. Этим вы нарушите равноправие и создадите почву для обид и чувства несправедливости.

Будьте последовательны, не идите у ребенка на поводу. Если ребенок почувствует, что ему потакают, он не узнает границ дозволенного и научится вами так манипулировать, что вы будете все время уступать ему. Если вы сказали «нет», то не отступайте от своего решения. Если вы уступаете, то показываете, что ошиблись в своих рассуждениях и оценке ситуации – делайте это в крайних случаях.

Не требуйте от ребенка моментального повиновения. Не просите, например, выключить телевизор сразу же, как вы об этом попросили. Дайте ему несколько минут, чтобы оторваться от телевизора. Не требуйте от ребенка подчинения командам, обращаясь с ребенком как с солдатом.

Не говорите слишком много. Не напоминайте ребенку постоянно, что ему делать. Скажите раз или два, и если ребенок

не хочет вас слышать, применительнологические последствия. Когда родители читают нотации, дети их перестают слышать. Постоянная критика еще никого не сделала лучше. Нужны действия, а не слова.

Не критикуйте. Говорите о положительном, ободрите ребенка, чтобы он не стыдился делать ошибки.

Не позволяйте ребенку диктовать вам свои условия. Это показывает ваше неуважение к себе и учит ребенка приказывать и ожидать подчинения от окружающих.

Не защищайте ребенка в школе от учителя или от других детей. Это внушит ребенку, что окружающие настроены против него. Вы можете обсудить с ребенком существующую проблему и помочь ему разобраться в ситуации, но решить проблему – его обязанность.

Не делайте за ребенка то, что он в состоянии сделать сам, кроме случаев, когда вы сильно торопитесь. Когда вы делаете что-то за ребенка, вы подрываете его уверенность в своих силах и приучаете его ожидать, что его работу сделают другие люди.

Не используйте телесных наказаний. Вместо этого используйте естественные и логические последствия.

Предоставляйте выбор перед их применением. Например, вы можете сказать, что у ребенка есть выбор пойти вместе с вами в магазин и помочь вам делать покупки или остаться дома.

Не заставляйте ребенка повинаться. Это не приведет к внутреннему желанию подчиняться. Он может привыкнуть подчиняться только при сильном давлении.

Не мешайте супругу по-своему воспитывать ребенка. Это проявление вашего неуважения к его решению. Кроме того, ребенок быстро научится использовать вас друг против друга. Если ребенок жалуется вам на другого родителя, он должен знать, что вы не будете вмешиваться.

Не защищайте ребенка, которого вы считаете «слабым». Он должен сам научиться ладить со своими сестрами и братьями. Часто «слабый» ребенок сознательно провоцирует других детей для того, чтобы родитель пришел и защитил его. Защищая, вы только усилите соперничество между детьми.

Не давайте впутать себя в драки детей. Часто дети дерутся, чтобы заставить вас беспокоиться. Лишайте их драки своего

внимания, уходите в то место, где вы не услышите драки. Когда они прекратят потасовку, вернитесь и займитесь своими делами, при этом ничего им не говоря.

Не лгите ребенку и никогда не просите ребенка лгать. Не просите ребенка соврать кассиру о его возрасте, чтобы купить более дешевый билет. Иначе ребенок научится лгать, когда ему это выгодно.

Не запрещайте ребенку приводить в дом друзей из-за того, что они шумят или создают беспорядок. Поговорите с ними и попросите не создавать беспорядка во время игры.

Не давайте обещаний, если не можете их выполнить.

Что бы ребенок ни делал, не отстраняйтесь от него. Отвергайте его поведение. Ребенок должен чувствовать вашу любовь, хотя при этом вы можете сказать, что вам не нравится его поведение.

Не сравнивайте детей. Этим вы будете увеличивать конкуренцию между ними.

Не завершайте похвалу словом «но». Так вы внушаете ребенку, что он ни с чем не справляется достаточно хорошо, и он может отказаться от всяких попыток.

Не проявляйте излишнего любопытства, заглядывая в ящики и карманы ребенка. Этим вы выражаете неуважение к его собственности и можете заставить его прятать свои вещи более тщательно.

Не подслушивайте телефонные разговоры ребенка. Этим вы демонстрируете пренебрежительное отношение к личной жизни ребенка.

Как справиться от приступов ярости?

Кто из нас не сталкивался с возбуждённым состоянием психики, когда конфликтное общение выводит взрослого человека или ребёнка из равновесия, когда разговор переходит в крик, когда непросто успокоиться, невозможно заснуть. Ярость и истерию характеризуют особые психические состояния личности, при которых теряется контроль за своими действиями, и её поведение может стать непредсказуемым.

Что же может вызвать такие особые состояния личности? Их, как правило, могут спровоцировать психические травмы при общении в семье, в школе, на службе, на улице, а также при неожиданных известиях, происшествиях. Припадки ярости схожи с истерией тем, что могут вводить психику в опасное для жизни состояние при отсутствии органических изменений.

Продолжительные приступы ярости и истерии могут нанести серьёзный вред здоровью: закончиться инфарктом, инсультом, потерей сознания, шоком, параличами рук, ног, временной слепотой, глухонемой. Не зря истерию считают нервно-психическим заболеванием и относят к одному из основных видов невроза.

Название этой формы невроза пришло из Древней Греции и в переводе означало – заболевание матки (hysteria). В настоящее время истерию связывают с типологическими особенностями человека, его воспитанием и обстоятельствами жизни, но проявляется она чаще у женщин, чем у мужчин, вследствие большей эмоциональности и впечатлительности.

Развитию истерических черт у детей способствует неправильное воспитание, когда ребёнок растёт в среде обожания, незаслуженного восхваления, когда родители выполняют все его прихоти и желания, когда они непоследовательны, оправдывая проступки и тем самым формируя у него эгоцентризм, самовлюблённость, отсутствие инициативы. Непросто воспитывать одного ребёнка – гораздо тяжелее, чем нескольких детей. Очень быстро он становится центром семьи, и любовь родительская к нему становится нервной – любая болезнь переносится тяжело, отражаясь на психике прежде всего матери, проявляя истерические черты.

Семье необходим авторитет родителей – авторитет помощи, аккуратного, внимательного руководства, авторитет знания. Отец и мать в глазах ребёнка должны обладать таким авторитетом, и признаком того, что его нет, является непослушание малыша. Авторитет, построенный на подавлении,

педантизме, проявлении чрезмерной любви, резонерстве, панибратстве и подкупе помогает только короткое время – очень скоро не остаётся ни авторитета, ни послушания. Для того чтобы добиться безукоризненного выполнения родительских требований, приходится применять тогда гнев, переходящий в ярость: «Довёл всё-таки меня!».

Родители должны знать безо всякого шпионства и назойливых расспросов, чем интересуется ребёнок, с кем дружит или не дружит, что читает и как воспринимает прочитанное, как учится в школе, как ведёт себя, как относится к учителям. Дети сами должны рассказывать родителям о своих проблемах – это и есть авторитет знания. А он, в свою очередь, приведёт к авторитету помощи – у каждого ребёнка бывает немало случаев, когда он не знает, как поступить, когда он нуждается в помощи. Дети уважают такой родительский авторитет.

И в пятилетнем возрасте, и в десятилетнем основным принципом родительского воспитания является соблюдение меры активности и тормозов. С годика можно воспитывать у ребёнка активность, одновременно ограничивая вредные желания. Если ребёнок слышит одни запреты, то воспитываются только тормоза. В каждой детской шалости вы должны знать, до каких пор она приемлема, как здоровое проявление энергии, а в каких случаях силы тратятся понапрасну, демонстрируя плохую работу тормозов.

Виды психических состояний определены были И. П. Павловым таким образом: «На одном конце стоит возбуждённое состояние, чрезвычайное повышение тонуса раздражения, когда делается невозможным или очень затруднённым тормозной процесс. За ним идёт нормальное, бодрое состояние, состояние равновесия между раздражительным и тормозным процессами. Затем следует длинный, но тоже последовательный, ряд переходных состояний к тормозному состоянию».

Возбуждённое общее состояние нарушает теоретическую и практическую деятельность человека. Требовать от ребёнка в таком состоянии безукоризненного выполнения уроков или других заданий бесполезно. Процессы возбуждения и торможения в коре и

подкорке головного мозга определяют психическое состояние личности: при активности подкорки и торможении коры наблюдается истерическое состояние, при возбуждении коры и торможении подкорки – астеническое состояние. Психические состояния, повторяясь, могут стать типичными для данной личности, определяя её характер, не забывайте об этом.

Психические состояния, возникающие под влиянием внешних или внутренних воздействий, могут влиять благотворно или негативно на активную деятельность человека, принося вдохновение или апатию. Они могут быть глубокими или поверхностными, зависят от личности или от ситуации.

Изучая поведение детей, нужно помнить, что особое значение имеет анализ систем воспитания в семье и школе, формирующих цельный характер или непоследовательный. Дети легко поддаются влиянию коллектива в зависимости от авторитетности каждого ребёнка.

Для подростков мнение коллектива и его настроение могут иметь решающее значение.

На образцово воспитанного школьника плохой коллектив может оказывать отрицательное влияние. Если Вы заметили часто повторяющиеся припадки ярости или истеричности у ребёнка и связываете их появление с негативным влиянием школьного коллектива, не стесняйтесь – идите в школу, бейте тревогу. Если положение сложное и припадки истерии угрожают здоровью ребёнка, решайте проблему с дальнейшим пребыванием в данном классе или учебном заведении.

Физиологической основой эмоций, тонизирующих деятельность человека, является преимущественно процесс возбуждения, в основе же таких отрицательных эмоций, как страх, находятся процессы торможения. В детском возрасте возбуждение преобладает над торможением и определяет повышенную эмоциональную возбудимость ребёнка. Ему передаётся настроение окружающих, он может заплакать и через несколько минут засмеяться – у него происходит быстрая смена эмоций. Дорогие родители, помните об этом и понапрасну не паникуйте. С

возрастом формируется относительное равновесие основных нервных процессов, чувства становятся более умеренными и устойчивыми.

Помните также, дорогие родители, что ребёнок всегда пытается вас копировать! Если он увидит, что с помощью приступов ярости или истерии можно добиться своей цели, то будет поступать таким же образом.

Несмотря на то, что истерическим личностям присущ художественный тип мышления, они редко достигают серьёзных успехов в творчестве из-за своего эгоцентризма, желания постоянно находиться в центре внимания и сильной внушаемости.

Как же спастись от приступов ярости и истерии? Прежде всего следует не создавать травмирующих психику ситуаций, не вести обидных, оскорбительных разговоров. При угрозе – сглаживать острые моменты, отвлекать на другие темы.

Избегайте общества людей, провоцирующих приступы!

Не забывайте, что приступ истерии, как реакцию на сильную душевную травму, лечат медики, используя лекарства и различные методики: гипноз, психотерапию.

Если же приступы ярости и истерии являются следствием воспитания, то желательно совершенно исключить из употребления алкоголь, который растормаживает, избегать раздражающих ситуаций, стараться больше бывать на природе, думать о приятном, говорить хорошее, поступать по справедливости и попить настои трав.

Посадите горшечную розочку – она полезна для улучшения домашнего климата.

Замечено также, что лекарственное растение "бальзамин" нейтрализует энергию конфликта, и атмосфера в доме становится более мягкой.

Родительский гнев

Мы уверены, что его причина – поведение ребенка. Но на самом деле причина в нас самих.

Родители часто признаются, что самое трудное в общении с детьми – сдерживать свой гнев. Как сказала одна мама, ей понятно, что, срываясь, она поступает плохо, но ничего не может с собой поделать. Ровно о такой ситуации, когда взрослые все же понимают, что кричать, угрожать, а также швырять, шлепать, таскать ребенка за ухо – это унижать человеческое достоинство всех участников и свидетелей сцены, мы и поговорим.

Итак, мы хотим научиться сдерживать свой гнев, но не знаем как. Мы стараемся держать себя в руках, но это получается у нас плохо и через раз, не чаще. Значит, одной установки: «Гаси эмоции» – недостаточно. Да и что такое «гасить»? Просто терпеть? Уступать, попустительствовать?

Так думаем мы, привыкшие крутиться в воронках конфликтов, отдавать себя во власть их центростремительных сил. И мы хорошо знаем, что «прекратить воронку» без потерь нельзя. Прекращенная усилием воли, она продолжает буровить нас изнутри. Значит, главное – в нее не попадать.

На то нам и дан разум, чтобы по мере сил избегать ситуаций, которые потом жгут, не дают покоя.

Вот простой ход. В спокойной обстановке подумаем, в каких словах, по какой модели мы описываем происходящее для себя и окружающих. Обычно так: «Он (она) не слушается, поступает наперекор, игнорирует мои объяснения, нарушает договоренности, лжет и тем самым доводит меня до отчаяния, до крайних мер». В такой формулировке ребенок и в самом деле выглядит тираном и «с ним иначе невозможно».

Но известно: психоаналитики подобные высказывания, сделанные в третьем лице, считают ловушками самообмана и рекомендуют описывать те же самые травмирующие сцены от первого лица – это помогает иначе взглянуть на ситуацию, заменить пассивную

позицию на активную. Например: «Я хочу что-то донести до ребенка, какое-то свое требование, а у меня не получается. Ни с первого раза, ни со сто первого. Ни объяснениями, ни уговорами я не могу добиться результата и взрываюсь».

Разница ощутима: это у меня не получается донести до ребенка свое требование, это у меня проблемы: злора и бессилие, это я взрываюсь. Тут важно, во-первых, то, что не нанятый психолог вам это сказал: «Ваша вина, что ребенок вас не понимает, вы же и ввели, и закрепили эту порочную практику противостояния, вам бы и задуматься, почему так происходит», а вы сами себе это проговорили. От первого лица, в формате внутренней программы.

И второе важно: перестав считать себя невинной жертвой плохого поведения ребенка, вы скорее всего задумаетесь: «Не потому ли я так настойчиво требую от него (от нее) идеального поведения, что моя собственная жизнь не заладилась? Не потому ли раздражаюсь, что вижу в своем ребенке негативные черты мужа (брата, дяди, матери, еще кого-то)? Наконец, не в том ли дело, что я хочу получить результат быстрее, чем он реально может появиться?» – да мало ли продуктивных мыслей возникает в свободном от гнева и обиды сознании?

...Да, посуда опять не вымыта (мусор не вынесен, уроки не выучены, брюки на полу валяются и пр.), но – стоп. Чем завестись с пол-оборота, гаркнуть как следует или демонстративно-скорбно начать выполнять его обязанности, лучше... да, лучше ничего не делать. Пока мы не знаем точно, почему ребенок не выполняет наших требований, от любой педагогической интервенции лучше воздержаться.

Ребенка дразнят в школе

Неважно, что именно послужило для одноклассников поводом к этому - высокий или, напротив, маленький рост, какой-то другой недостаток внешности, черта характера и так далее. "Дразнилки", обидные прозвища, постоянные насмешки травмируют ребенка, особенно если он от природы раним и застенчив. Бывают случаи, когда эта ситуация выходит из-под контроля и становится необратимой. Ребенок воспринимает школу не иначе как место, где он подвергается издевательствам. Это может

сказаться на его самооценке, успеваемости и, в конечном счете, на его душевном состоянии.

Что же предпринять в таком случае родителям? Как быть, если вашего ребенка дразнят одноклассники, если из-за насмешек он не хочет ходить в школу?

Психологи советуют родителям не вмешиваться, по крайней мере, открыто в конфликт детей. Ваше вмешательство не заставит других детей по-иному относиться к ребенку.

Одноклассники не перестанут дразнить, они не поймут, что причиняют кому-то боль. Напротив, вполне вероятно, заступничество старших окончательно восстановит одноклассников против вашего ребенка. Играть с ним на равных, принимать в свою компанию его не станут - он "ябеда", не смог справиться сам, а привел родителей.

Таким образом, стремление лично разобраться с обидчиками либо требование, чтобы учительница своей властью "прекратила эти издевательства" приведет, скорее всего, к изоляции ребенка в кругу сверстников. Кроме того, малыш сделает еще один вывод: он не в состоянии справиться с трудностями сам, ему требуется помощь взрослых. Это лишит его самоуважения и уверенности в собственных силах. И, как ни парадоксально, помешает ему уважать собственных родителей. Ведь ребенок обратился к ним за помощью, а их вмешательство только ухудшило его положение.

Каким же образом помочь своему ребенку, попавшему в столь нелегкую ситуацию?

Некоторые родители советуют детям разобраться с обидчиками наиболее действенными методами. В большинстве случаев такие советы сводятся к одному: выяснить отношения напрямую, открыто спросив, что не устраивает насмешников. Зачастую эти выяснения немедленно переходят в драку, в которой не всегда побеждает тот, кто прав.

Справедливости ради нужно сказать, что подобная тактика иногда приводит к положительным результатам. Участие в драке, даже в том случае, если победа не была абсолютной, достаточно часто помогает ребенку самоутвердиться. Но увлекаться этим не стоит.

Английский психолог Дорис Бретт, практикующий врач, опытный специалист по вопросам детской психологии, считает, что не стоит позволять ребенку утверждаться в мысли, что любую проблему можно решить кулаками. Напротив, нелишне будет показать, что можно выйти с

честью из создавшегося положения иными путями, и дать понять ребенку, что ему это вполне по силам.

Для этого ребенку понадобится помощь родителей, которые должны убедить его в том, что неприятности не у того, кого дразнят, а у того, кто это делает. Ребенку следует дать понять, что полностью счастливый и довольный собой, своей внешностью, своим характером и уверенный в себе человек не станет обращать внимания на недостатки других, даже если эти недостатки реальные.

Существует вполне действенный способ справиться с обидчиками: не показывать, как эти "дразнилки" тебя обижают, не давать понять, что ты принимаешь их близко к сердцу.

Доктор Бретт предлагает повести разговор примерно по такой схеме:

"Ты жалуешься, что Ира тебя все время дразнит, а другие девочки подхватывают ее слова? Я понимаю, что это ужасно неприятно. До такой степени, что хочется заплакать. Но ведь слезами проблему не решишь. Скажи, ты плакала в школе? До слез дело не доходило, но ты расстраивалась, и девочки это видели? И что, после этого они сразу переставали тебя дразнить? Начинали относиться к тебе лучше? Нет, все было совсем наоборот.

Так давай подумаем, как же нам быть? Я, конечно, могу поговорить с ними. Но мне кажется, что как только я уйду, и ты останешься одна, все начнется снова. Как ты считаешь?

Может быть, поступим по-другому: ты, как это ни трудно, сделаешь вид, что тебя очень смешат их слова. Да, это нелегко. Но подумай, чего добивается Ира с подружками? Сделать так, чтобы ты расстроилась. И до сих пор так и случалось.

А ты попробуй поступить иначе. Улыбнись. Подумай, девочки тратят столько сил и времени, чтобы ты загрустила. Ведь это действительно смешно и глупо.

А как ты полагаешь, почему Ире так хочется обратить внимание других ребят на твои недостатки? Наверное, она не очень уверена в себе, иначе бы она так не поступала. Если ты засмеешься, то тем самым покажешь, что все ее слова - просто глупости, а она ведет себя не слишком умно. И другие это вскоре поймут. А еще они поймут: если тебя смешат эти слова, значит, все "дразнилки" не про тебя, и смеяться над тобой станет совсем неинтересно".

Как отмечает доктор Бретт, практика показывает: убедить ребенка в том, что подобное поведение - действительно реальный выход из положения, бывает нелегко. И здесь, как всегда, поможет наглядный пример. Расскажите ребенку, как в подобной ситуации в свое время оказались вы или кто-то из ваших знакомых или родственников.

Большое впечатление произведет также имя известного актера, спортсмена или просто знакомого человека, которому удалось справиться с аналогичной ситуацией благодаря такому простому, но действенному способу.

Необходимо попытаться убедить ребенка в том, что действовать ему надо самому. "Ведь мама с папой не всегда будут рядом с тобой. Значит, нужно учиться защищать себя самостоятельно".

Что же касается вопроса перевода в другую школу ребенка, которого дразнят одноклассники, то на него невозможно дать однозначный ответ. Все зависит от конкретной ситуации.

подавляющее большинство психологов советует постараться разобраться возникший конфликт на месте, независимо от того, переводите вы ребенка в другую школу или оставляете в прежней. Иначе уже в новом коллективе вполне может возникнуть рецидив такой же конфликтной ситуации.

Ведь ребенок просто сбежал "с поля боя". И такая унижительная для него ситуация (оказался в проигрыше, даже не попытавшись победить) непременно даст о себе знать и на новом месте. Пусть школа другая, но груз проблем родители перенесли вместе с сыном или дочерью в этот коллектив. И если ситуация в новой школе повторится, ребенок, вместо того чтобы отстаивать свою позицию, снова захочет просто избежать дальнейших неприятностей и оставить все сложности позади, переложив груз на плечи родителей.

Перед тем как малыш пойдет в новый класс, рекомендуется поговорить с ним, проанализировать причины возникшего конфликта и вместе обсудить, как нужно поступать, чтобы не допустить повторения неприятностей на новом месте.

Нередко случается, что сложившаяся репутация "плаксы", "тихони", "задаваки" не позволяет ребенку наладить отношения с одноклассниками, даже если он, по совету родителей, меняет свое поведение.

Изменить поведение без подготовки крайне тяжело даже взрослому, старые привычки нередко берут верх, и это в порядке вещей. Объясните ребенку, что это вполне естественно, ведь он не робот. Пусть ребенок

остается самим собой, но постарается быть более самокритичным, следит за своим поведением и не повторяет прежних ошибок.

Как бороться с обзыванием в классе

Наверное в каждом классе наиболее частой причиной обид и драк среди младших школьников является обзывание. Причем обзывают и оскорбляют не только самого ребенка-жертву, злорадно комментируют его рисунки, принадлежащие ему вещи, оскорбляют его близких (обсуждают его родных, дают им обидные прозвища). Последнее, пожалуй, ранит ребенка больше, чем собственное прозвище.

Основные причины обзывания детьми друг друга:

- 1. Агрессия (сознательное желание оскорбить, досадить, разозлить сверстника).*
- 2. Желание привлечь внимание (того, кого дразнишь или окружающих):*
 - игра (дразнящий воспринимает обзывания как забавную игру, привлекая к себе внимание сверстника, не собираясь его оскорблять);*
 - провокация (дразнящий сознает, что оскорбляет сверстника, но стремится таким образом спровоцировать его на активные действия, например, заставить его погоняться за собой, побороться, принять вызов);*
 - шутка (не столько хочет обидеть товарища, сколько стремится повеселить окружающих);*
 - самоутверждение (дразнящий сознательно оскорбляет сверстника, чтобы унижить 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; так же поступает от зависти).*

Бывает и так, что ребенок обзывается непреднамеренно, не со зла

- дразнящий не понимает, что другому обидно, он привык отмечать особенности окружающих, выявлять их характерные черты, например, сравнивая с животными. Возможно, дома у него принято награждать друг друга прозвищами, и это никого не обижает.

Избежать появления дразилок в детском коллективе почти невозможно, но бороться с ними необходимо. Педагоги и родители не должны оставлять без внимания ситуации обзывания детьми друг друга. Задача педагога и родителей - пресечь появление и использование обидных прозвищ в классе.