

Практичний психолог

[Дитина отримала низьку оцінку: як реагувати](#)

[П'ять потенційних проблем першокласника: як їх уникнути](#)

[Як розвивати культуру поведінки у дитини](#)

[Як тренувати дитячу увагу](#)

[Розвиваємо адаптаційні ресурси дитини](#)

[Ігрова технологія десять дидактичних прийомів](#)

[Восени до школи, поради батькам](#)

[8 складових безпечного та здорового освітнього середовища в НУШ](#)

[Корекційне навчання дітей із затримкою психічного розвитку](#)

[Школа, що дихає свободою, або як створити безпечне та ефективне освітнє середовище](#)

[Як підготувати дитину дошкили: готові відповіді на запитання турботливих батьків](#)



Поради для батьків:

- Якщо дитині в житті супроводжує критицизм, Вона навчається засуджувати.
- Якщо дитині в житті супроводжує ворожість, Вона навчається битися.
- Якщо дитині в житті супроводжує осміяння, Вона навчається бути глузливим.
- Якщо дитині в житті супроводжує сором, Вона навчається відчувати себе винуватим.
- Якщо дитині в житті супроводжує терпимість, Вона навчається бути ввічливим.
- Якщо дитині в житті супроводжує підбадьорення, Вона навчається довірі.
- Якщо дитині в житті супроводжує похвала, Вона навчається високо цінувати.
- Якщо дитині в житті супроводжує чесність, Вона навчається справедливості.
- Якщо дитині в житті супроводжує безпеку, Вона навчається мати віру.

- Якщо дитині в житті супроводжує схвалення,
Вона навчається подобатися самому собі.
- Якщо дитині в житті супроводжує схвалення і дружба,
Вона навчається знаходити у світі любов.

[Вікові особливості розвитку дитячої пам'яті](#)

[Чому сучасні діти не вміють вчитися, не вміють чекати і насилу переносять нудьгу](#)

[10 фраз, які ніколи неможна говорити своїй дитині](#)

[Як Інтернет змінює розвиток дитини](#)

[Як правильно хвалити дитину](#)

[3 головні проблеми сучасних батьків](#)

[Як навчити дитину самостійності](#)

Фразу «я - сам!» діти починають вживати з тієї пори, коли вчаться говорити. І ці слова не варто залишати без уваги. Бути самостійним - значить вміти справлятися з труднощами, проявляти ініціативу, приймати рішення, не залежати від сторонніх суджень. Тому нам, батькам, варто радіти, коли ми чуємо, як дитина хоче діяти без нашої допомоги. Людина маленька, а робити їй хочеться все, що можна дорослим. Викликати ліфт. Самому вибирати собі одяг. Наливати всім членам сім'ї сік у склянки. Оплачувати своє морозиво в магазині. І ці бажання найпростіші, здійснимі. А все-таки часто не вистачає батьківського терпіння, і ось ми взуємо і одягаємо чотирирічку, який цілком може впоратися з одягом сам. Годуємо з ложки неквапливу дитину, тому що так швидше і чистіше. Прибираємо за нього іграшки. Перебиваємо бажання словами «Не треба, проллеш, краще я сама». А рішення може бути простим: треба створити умови для того, щоб дитина могла проявляти необхідну їй ініціативу.

[Як допомогти малюкам бути самостійними](#)

- На підлозі біля ліфта спорудити підставку, на яку дитина може вставати і дотягуватися до кнопки виклику;
- Дати йому ложку і закрити очі на безлад навколо столу. А після освоєння ложки показати, що і на виделку дуже зручно наколювати сир, овочі і м'ясо;
- Повчитися переливати воду з ємності в ємність під час купання або показати, що це можна легко зробити за допомогою воронки;
- Дозволити відкривати ключем нескладний замок вхідних дверей;
- Зручно розкласти одяг в комоді, щоб дитина знала, на якій полиці знаходиться нижню білизну, шкарпетки, футболки, і сама могла вибирати, що сьогодні одягнути;
- У ванній організувати сходинку, щоб дитина легко діставала до крана раковини і сама могла вимити руки. Зробити так, щоб зубна щітка, паста і мило також перебували на рівні, доступному для дитини.
- Повісити низький гачок для дитячого рушника;
- Зробити так, щоб дитина могла легко зняти з вішалки верхній одяг. Організувати в передпокої полицю або будь-яке зручне місце, де буде лежати його вуличний одяг та іграшки;
- Залишати перекус в зоні доступу дітей. Вимиті фрукти - в мисці на столі, печиво - в банці на низькій полиці, сирок - на полиці холодильника близько до краю;
- Дозволяти розплачуватися на касі в магазині і складати продукти у візок;
- Завести рюкзачок або сумку, за яку дитина буде відповідати, збираючись на прогулянку, і в яку в разі потреби зможе покласти щось, допомагаючи вам

розділити ношу куплених продуктів;

- Просити дитину про допомогу: щось дістати, потримати, взяти участь у загальних сімейній справі. Це підвищує самооцінку і сприяє тому, щоб допомога близьким увійшла у звичку. Щоб дитина могла справлятися з чимось самостійно в майбутньому, сьогодні батькам необхідно пояснювати і показувати, як робити ті чи інші речі:

- Як відрегулювати температуру води в крані.

- Як надіти рукавички.

- Як застебнути блискавку на кофті (до вузького язичку блискавки можна пристебнути колечко, щоб маленькі пальчики краще впоралися із завданням).

- Як по ярличку відрізнити передню сторону футболки від спинки.

- Як знайомитися з іншими дітьми на майданчику і питати дозволу пограти з чужою іграшкою. Батьки - недипломовані, але найважливіші в житті дітей вчителя.

Самостійність школярів

Чим раніше дитина зрозуміє, що у неї є домашні обов'язки, тим простіше їй буде до шкільного віку звикнути до самостійного виконання домашніх завдань. У три-сім років обов'язки можуть полягати у наведенні порядку в кімнаті, поливі квітів та інших посильних справах. А в школі одним з головних навичок стане самостійне виконання домашніх завдань. Потрібно прагнути до того, щоб дитина робила уроки не під тиском, а сам усвідомлював необхідність навчання. Для цього необхідна мотивація. Школяру середніх класів простіше пояснити, для чого потрібно добре вчитися і ретельно готувати домашні завдання. А для учнів початкової школи мотивація «для придбання знань» звучить розмито. Зате першокласники дуже люблять заохочення у вигляді наклейок-зірочок, грамот, похвали вчителя, і це їх дуже стимулює на те, щоб виконувати домашню роботу. Поступово при послідовному підході і м'якому батьківському контролі діти привчаються планувати час так, щоб виконання домашнього завдання було в пріоритеті. Важливо донести до дитини, що у разі ускладнень дорослий завжди прийде на допомогу. Пояснить незрозумілу тему. Навчить користуватися словниками. Підкаже, що велике завдання можна розбити на пункти і виконувати його по частинах. Що діалог англійською мовою вивчиться легше, якщо виписати в стовпчик ключові слова кожної репліки і вчити діалог за цими ключовими словами. Щоб розвинути самостійність дитини-школяра, потрібно навчити його користуватися будильником і розуміти час, щоб він міг планувати день, контролювати знаходження за комп'ютером і телевізором. Школяр може сам готувати частину свого сніданку - бутерброд або пластівці з молоком. Потрібно вчитися акуратно переходити дорогу і детально обговорювати правила безпеки, адже одного разу обов'язково настане день, коли дитині потрібно буде вперше дістатися до школи одному. Батьки обов'язково повинні заохочувати дитячий ентузіазм, підтримувати почуття впевненості в собі і прийняття самостійних рішень. Буває, що такі рішення тягнуть за собою помилки. Але якщо це не життєво важливі моменти, а побутові дрібниці, то помилки - частина життя, з якої діти отримують уроки, і вони теж повинні траплятися. Наше завдання - знаходитися поряд, підтримувати починання і бути готовими завжди прийти на допомогу.

(Джерело: http://letidor.ru/article/108_sdelay_sam_uchim_samostoyatelnosti_23680/)

Вікові психологічні особливості дитини
Дошкільний вік
Характеристика дошкільного дитинства

Дошкільне дитинство є періодом первісного складання особистості, розвитку особистісних механізмів поведінки. За А. Н. Леонтьєвим, особистісне становлення в цьому віці пов'язано, насамперед, з розвитком супідрядності або ієрархії мотивів. Діяльність дитини, як правило, збуджується і спрямовується вже не відокремленими мотивами, які змінюються або вступають в конфлікт між собою, а певним соподчиненням мотивів. Якщо зв'язок між мотивами і результатом дії зрозуміла дитині, то він ще до початку дії передбачає значення майбутнього продукту і емоційно налаштовується на процес його виготовлення. Примітно, що емоції можуть з'являтися до виконання дії у формі емоційного передбачення. Відділення дитини від дорослого до кінця раннього віку призводить до нових відносин між ними і до нової ситуації розвитку дитини. Спілкування з дорослим набуває внеситуативного характеру і здійснюється у двох різних формах - внеситуативно-пізнавальної і внеситуативно-особистісної. У свідомості дитини з'являється образ ідеального дорослого, який стає прикладом для його поведінки і опосередковує його дії. Протиріччя соціальної ситуації дитини-дошкільника якраз і полягає в розриві між його прагненням «бути, як дорослий» і неможливістю це прагнення реалізувати на ділі. Єдиною діяльністю, яка дозволяє вирішити це протиріччя, є сюжетно-рольова гра. Спілкування дошкільників з однолітками у дошкільному віці в житті дитини все більше місце починають займати інші діти. Приблизно до 4 років одноліток є більш віддається перевага партнером по спілкуванню, ніж дорослий.

Спілкування з дорослим відрізняє ряд специфічних особливостей, серед яких:

- багатство і різноманітність комунікативних дій;
- надзвичайна емоційна насиченість;
- нестандартність та нерегламентованість;
- переважання ініціативних дій над відповідними;
- невелика чутливість до впливів однолітка.

Розвиток спілкування з однолітками в дошкільному віці проходить ряд етапів. На першому етапі (2-4 роки) одноліток є партнером по емоційно-практичному взаємодії, «невидимим дзеркалом», в якому дитина бачить, в основному, себе. На другому етапі (4-6 років) виникає потреба в ситуативно-діловому співробітництві з однолітком; змістом спілкування стає спільна ігрова діяльність; паралельно виникає потреба у визнанні та повазі однолітка. На третьому етапі (6-7 років) спілкування з однолітками набуває рис внеситуативного; складаються стійкі виборчі переваги. До 6 років дитина починає сприймати і себе та іншого як цілісну особистість, несвідомих до окремим якостям, завдяки чому стає можливим особистісне ставлення до однолітка. Криза шести років Кінець дошкільного віку знаменується кризою. До цього часу відбуваються різкі зміни на фізичному рівні: швидке зростання в довжину, зміна пропорцій тіла, ломка координації рухів, поява перших постійних зубів. Однак головні зміни полягають не в зміні зовнішнього вигляду дитини, а в зміні його поведінки. Зовнішніми проявами цієї кризи є манерничанье, кривляння, демонстративні форми поведінки. Дитина стає

важковиховуваних, перестає слідувати звичним нормам поведінки. За цими симптомами, стоїть втрата безпосередності. Вигадливе, штучне, натягнуте поведінку 6-7-річної дитини, яка впадає в очі і здається дуже дивним, якраз і є одним з найбільш очевидних проявів втрати безпосередності. Механізм цього явища полягає в тому, що між переживанням і вчинком «вклинюється» інтелектуальний момент - дитина хоче щось показати своєю поведінкою, придумує новий образ, хоче зобразити те, чого немає насправді.

Молодші школярі

Характеристика молодшого школяра

Від 7 до 10 років у дитини починається нова діяльність - навчальна. Саме той факт, що вона стає учнем, людиною учням, накладає абсолютно новий відбиток на її психологічний вигляд і поведінку. Дитина не просто опановує певним колом знань. Вона вчиться вчитися. Під впливом нової, навчальної діяльності змінюється характер мислення дитини, її увагу і пам'ять. Тепер її положення в суспільстві - становище людини, яка зайнята важливою і оцінюваною суспільством роботою. Це тягне за собою зміни у відносинах з іншими людьми, в оцінюванні себе та інших. Дитина освоює нові правила поведінки, які є суспільно спрямованими за своїм змістом. Виконуючи правила, учень висловлює своє ставлення до класу, вчителю. Не випадково першокласники, особливо в перші дні і тижні перебування в школі, надзвичайно старанні у виконанні цих правил. У школі дитина вперше зустрічається з новим для себе способом взаємодії з дорослою людиною .. Учитель є не тимчасовим "заступником батьків", а представником суспільства, які мають певний статус, і дитині доводиться освоювати систему ділових відносин. Зі вступом до школи з'являється необхідність осягати не тільки призначення предметів і явищ, але і їх суть. Від власного уявлення про об'єкт він переходить до наукового подання про нього. Особливості спілкування з однолітками і дорослими Коли дитина починає вчитися, його спілкування стає більш цілеспрямованим, оскільки з'являється постійне і активний вплив вчителя, з одного боку, і однокласників - з іншого. Ставлення дитини до товаришів дуже часто визначається ставленням до них дорослих, в першу чергу - вчителі. Оцінка вчителя приймається учнями як головна характеристика особистісних якостей однокласника. Особливо значима особистість учителя для налагодження міжособистісних відносин першокласників, так як діти ще погано знають один одного, не вміють визначити можливості, достоїнства і недоліки як свої власні, так і своїх товаришів. Міжособистісні відносини будуються на емоційній основі, хлопчики і дівчатка уявляють, як правило, дві незалежні підструктури. До кінця початкового навчання безпосередні емоційні зв'язки і взаємини починають підкріплюватися моральною оцінкою кожного з хлопців, глибше усвідомлюються ті чи інші якості особистості. Спілкування молодшого школяра з оточуючими людьми поза школою також має свої особливості, зумовлені його новою соціальною роллю. Він прагне чітко позначати свої права і обов'язки і очікує довіри старших до своїх нових вмінням.

ПІДЛІТОК

Характеристика підліткового віку

Тема підліткового віку у віковій психології займає особливе місце. Важливість її визначається, по-перше, великим практичним значенням (з десяти класів середньої школи принаймні в п'яти вчаться підлітки); по-друге, саме в цьому віці найбільш чітко проявляється проблема співвідношення біологічного і соціального в людині; по-третє, підліток очевидно ілюструє багатогранність і складність самого поняття «вік». Коли дитина стає підлітком, підліток - юнаків, юнак - дорослим? На «полюсах» питання більш-менш ясний: ніхто не назве 12-річного юнаків, а 20-річного - підлітком. Але стосовно до 14-18-річним вживаються обидва ці терміни, і це не випадково. Грані переходу від дитинства до зрілості досить умовні. Вікові категорії завжди позначають не тільки і не стільки вік і рівень біологічного розвитку, скільки суспільне становище, соціальний статус людини. У наш час підлітковим періодом вважається вік від 1 до 15-16 років.

Перехідний вік включає в себе два ряди процесів:

- натуральний - процеси біологічного дозрівання організму, включаючи статеве дозрівання;
- соціальний - процеси спілкування, виховання, соціалізації в широкому сенсі слова.

Процеси ці завжди взаємопов'язані, але не синхронні:

- різні темпи фізичного і психічного розвитку в різних дітей (один хлопчик в 14-15 років виглядає дорослим, інший - дитиною);
- існують внутрішні диспропорції у дозріванні окремих біологічних систем і психіки;
- соціальне змушнення за часом не тотожний фізичному (фізичне дозрівання відбувається значно швидше, ніж соціальне - завершення освіти, придбання професії, економічна самостійність, громадянське самовизначення і т. Д.).

Підлітковий вік є перехідним, насамперед, в біологічному сенсі. Соціальний статус підлітка мало чим відрізняється від дитячого. Підлітки - все ще школярі і знаходяться на утриманні батьків і держави. Їх основна діяльність - навчання. До біологічних факторів відносять статеве дозрівання, а також бурхливий розвиток і перебудову всіх органів, тканин і систем організму. Не слід пояснювати особливості поведінки дітей у цьому віці лише виходячи із змін, що відбуваються в організмі підлітка. Статеве дозрівання як найголовніший біологічний фактор впливає на поведінку не прямо, а опосередковано. Основний психологічний «механізм» різкої зміни поведінки у підлітковому віці схематично можна представити таким чином. Початок статевого дозрівання, пов'язане з появою нових гормонів у крові та їх впливом на центральну нервову систему, а також з бурхливим фізичним розвитком, підвищує активність, фізичні і психічні можливості дітей і створює сприятливі умови для появи у них відчуття дорослості і самостійності. Криза підліткового віку Підліткова криза завжди особливо цікавив учених. Криза цей характеризується перепадами настрою без достатніх причин, підвищеною чутливістю до оцінки сторонніми зовнішності, здібностей, умінь. При цьому зовні підлітки виглядають самовпевненими, безапеляційними в судженнях. Сентиментальність деколи уживається з черствістю, а хвороблива соромливість - з розбещеністю, показною незалежністю, неприйняттям авторитетів і

загальноприйнятих правил, обожнюванням випадкових кумирів. Теоретична розробка цієї проблеми почалася на рубежі ХХ століття. У цей час панувало уявлення про те, що джерелом кризи і специфічних особливостей підлітка є біологічні моменти, генетично визначені зміни. Поява нових психологічних особливостей розглядалося як явище неминуче і універсальне, тобто властиве всім підліткам. З цього випливав висновок: труднощі треба перетерпіти, втручання з метою щось змінити недоцільно і марно. Однак поступово в науці накопичувалися факти, що свідчать про те, що особливості підліткового періоду визначаються конкретними соціальними обставинами життя і розвитку підлітка, його суспільним становищем у світі дорослих. Особливо бурхливо у підлітка протікає перехідний період, якщо в дитинстві він засвоював те, що йому не знадобиться як дорослому, і не вчиться необхідному для майбутнього. У цьому випадку він виявляється не підготовленим до майбутнього по досягненні «формальної» зрілості. Німецький психолог К. Левін констатував, що в сучасному суспільстві існують дві самостійні групи - дорослих і дітей. Кожна володіє привілеями, яких не має інша. Специфіка становища підлітка полягає в тому, що він знаходиться між цими двома групами: він вже не хоче належати до групи дітей і прагне перейти в групу дорослих, але вони його ще не приймають. У цьому положенні неприкаяності К. Левін бачив джерело специфічних особливостей підлітка. Він вважав, що чим більше розрив між двома групами і, відповідно, чим довше період неприкаяності підлітка, тим з великими труднощами протікає підлітковий період. Л. С. Виготський вважав, що криза перехідного віку пов'язаний з двома факторами: виникненням новоутворення у свідомості підлітка і перебудовою відносин між дитиною і середовищем: ця перебудова і складає головний зміст кризи. На думку Л. І. Божович, підлітковий криза пов'язана з виникненням нового рівня самосвідомості, характерною рисою якого є поява у підлітків здатності і потреби пізнати самого себе як особистість, що володіє тільки їй властивими якостями. Це породжує у підлітка прагнення до самоствердження, самовираження та самовиховання. Багато авторів пов'язують поняття кризового розвитку з проблемою «акцентуації характеру». У підлітковому віці формується більшість характерологічних типів, їх риси ще не згладжені і не компенсовані подальшим життєвим досвідом, як це нерідко буває у дорослих. Саме в підлітковому віці різні типологічні варіанти норми виступають найбільш яскраво як «акцентуації характеру». У підлітка від типу акцентуації характеру залежить багато чого: саме проходження пубертатного кризи, прояв гострих афективних реакцій, неврозів, загальний фон поведінки. А. Е. Личко виділяє такі типи акцентуації підлітків: гіпертімний, циклоїдний, лабільний, астеноневротичний, сенситивний, психастенический, епілептоїдний, істероїдний, нестійкий, конформний. Знання акцентуації характеру необхідно для налагодження відносин з підлітком в сім'ї, класі, позашкільних групах.

СТАРШОКЛАСНИК

Характеристика раннього юнацького віку

Вік ранньої юності - 15-17 років - не завжди визнавався особливим етапом розвитку особистості. Не випадково деякі вчені вважають юність досить пізнім придбанням людства. З розвитком суспільства, виробництва, культури зростає роль юнацького віку, бо ускладнюється соціальне життя, ростуть терміни освіти, збільшується вік, коли людей допускають до участі в активному громадського

життя. Однак було б помилково розглядати юність тільки як період підготовки до дорослого життя. Кожен вік важливий сам по собі, незалежно від зв'язку з подальшими віковими періодами.

При використанні поняття «ранній юнацький вік» треба розрізняти:

- хронологічний вік - прожите людиною число років;
- фізіологічний вік - ступінь фізичного розвитку людини;
- психологічний вік - ступінь особистісного розвитку;
- соціальний вік - ступінь громадянської зрілості.

Ці віки можуть не збігатися у одного і того ж особи: існує закон нерівномірності дозрівання і розвитку. Ця нерівномірність є одночасно внутриличностной (гетерохронність розвитку одного і того ж індивіда) і міжособистісної (хронологічні однолітки можуть фактично знаходитися на різних стадіях свого індивідуального розвитку). Тому при зустрічі зі старшокласником часто виникає питання: з ким ми фактично маємо справу - з підлітком, юнаком або вже дорослою людиною? Як правило - вирішується стосовно якоїсь конкретної сфери діяльності. Крім гетерохронності і нерівномірності розвитку, потрібно враховувати й існування принципово різних типів розвитку:

- бурхливий і кризовий, що характеризується серйозними поведінковими та емоційними труднощами, конфліктом;
- спокійний і плавний, але до деякої міри пасивний.

Почему подростки плохо учатся: как им помочь?

Подростковый возраст – это такой период в жизни ребенка, в котором не то что учиться сложно, а порою собрать своим мысли буквально невозможно. Как помочь ребенку в учебе на этом непростом этапе жизни?

В подростковом возрасте, как правило, накапливается несколько причин, которые могут способствовать снижению успеваемости ребенка в школе. Чаще всего это целый комплекс причин, а не конкретно какая-то одна, как нередко думают родители.

Рассмотрим некоторые из них:

1. Недостаточная сосредоточенность.

В данном случае низкая сосредоточенность может быть обусловлена целым спектром факторов, которые на нее влияют. Сюда можно отнести усталость (современным школьникам немало задают уроков), к тому же запас прочности к весне заметно снижается, добавьте нехватку витаминов и неправильное питание (подростки часто едят вредные снеки, пьют газировку, пропускают обеды и т.д.)

2. Недостаточная мотивация.

В период полового созревания у ребенка в голове возникают миллионы всевозможных вопросов на тему «Кто я?», «Зачем я родился?», «Что делать мне в этой жизни?» и т.д. И мысли об учебе уходят не то что на второй, а на сотый план. В данном случае дети учатся скорее по инерции, потому что так надо. Но в то же время они начинают спрашивать себя, например, «Зачем я учу алгебру, что она мне даст в жизни?».

3. Влияние сверстников.

Чаще всего именно в подростковом возрасте дети пытаются самоутвердиться. На

первый план выходят модная одежда, гаджеты последних моделей, всевозможные развлечения (клубы, дискотеки, аквапарки, фестивали и т.д.), а также желание на все это самостоятельно заработать денег, особенно, если родители не могут выделить достаточный бюджет своему чаду на подобные «хотелки».

4. Первые отношения.

На подростковый возраст, как правило, приходится первый серьезный опыт отношений с противоположным полом. Состояние влюбленности бывает настолько сильным и важным, что все остальное буквально теряет значение. Гормоны бушуют и пытаются взять свое. Мир у подростка сходится клином на партнере. При этом не имеет значения, взаимны чувства или нет. Мысли будут вертеться вокруг этого человека, мешая сосредоточиться на учебе и уроках, а также на всем остальном.

Что предпринять родителям подростка, который стал хуже учиться?

Для хорошей учебы ребенка средних и старших классов может послужить правильная мотивация. Поговорите со своим чадом и объясните, что будет происходить, если он и дальше будет плохо учиться? Как это отразится на его оценках в аттестате? Сможет ли он с такой базой знаний поступить в желаемый университет?

Ни в коем случае нельзя давить и кричать на ребенка, пользы это не принесет никакой, а вот отношения между вами может очень быстро испортить, а также еще более усугубить ситуацию.

Можно попробовать мотивировать ребенка какими-то поощрениями, например, покупкой смартфона или планшета в конце учебного года при условии хороших оценок. Будьте также внимательны к тому, что временами учителя по разным причинам занижают баллы. Если по остальным предметам у вашего чада все хорошо, то ругать за низкий балл, например, по химии не стоит. Попробуйте разобраться в причинах и всегда выслушивайте аргументы ребенка.

Бывает, что просто ему не идет какой-то предмет, и в данном случае нет ничего страшного, особенно если в чем-то другом ребенок разбирается довольно хорошо. Хуже когда общая успеваемость резко снижается по всем предметам.

Не забывайте также давать ребенку возможность полноценного отдыха, чтобы он имел возможность качественно восстанавливать силы.

Безопасность ребенка: самая опасная ошибка родителей

Безопасности детей сейчас уделяется немало внимания, однако далеко не все статьи подмечают нередкую и очень опасную ошибку родителей, которая может стать роковой.

Мама и папа, у меня к вам разговор на три минуты, и это очень-очень важно. За 2014–2015 годы я провела не меньше сотни тренингов по безопасности, возможно и гораздо больше, поэтому минимум 2000–3000 детей рассказали мне о том, как они представляют себе преступника, кому они помогут на улице, с кем пойдут не сомневаясь, и что будут делать в случае опасности.

Поделюсь выводами, основанными на точной статистике:

9 из 10 детей 7–9 лет не знают наизусть номера телефонов родителей. Подумайте, что может произойти, если ваш ребенок останется на улице без своего мобильного телефона, как он с вами свяжется?

19 из 20 детей всех возрастов проводят вежливую тётю до ближайшего магазина, школы, остановки автобуса. В некоторых классах руки поднимают все без исключения.

19 из 20 детей всех возрастов помогут пожилому дяденьке донести до машины пакет, щенка, котенка, портфель, сумку.

При этом 10 из 10 учеников начальной школы считают пожилым человека лет пятидесяти. Первоклашки готовы записать в "пожилые" и сорокалетних. А пожилым "надо помогать".

19 из 20 первоклашек-второклашек и примерно половина детей 10-14-летнего возраста уверены, что без труда узнают на улице преступника (в черной одежде, жутковатый, прячется, "странно смотрит", идёт с большой сумкой, ведет себя необычно, хитро неестественно улыбается, заманивает конфетой, неопрятный мужчина лет 30–35, похожий на бомжа или на уголовника).

Минимум половина детей побежит в случае опасности в подъезд, во двор, куда-то "где можно спрятаться".

Все дети считают, что они могут доверять "знакомым взрослым", в том числе соседям, родителям друзей, продавцам из соседнего магазина, — всем людям, кого они уже когда-то видели.

19 из 20 детей стопроцентно пойдут куда-то с любым человеком, который назовет их по имени.

19 из 20 детей всех возрастов постесняются громко закричать "Помогите! Я не знаю этого человека!" если кто-то возьмет их за руку и куда-то поведет.

И это только часть очень невеселой статистики. А самый главный момент вот какой: давайте исключим из разговоров с нашими детьми о возможной опасности слово "подозрительный".

Настоящий преступник, который может увести вашего ребенка — не подозрителен. Он — самый не подозрительный из прохожих, чаще всего. Это вежливый, улыбающийся, прилично одетый человек, это миловидная женщина или аккуратный старичок.

Расскажите вашим детям, что "подозрительные" преступники существуют только в кино и криминальных новостях по телевизору. Ребенок должен доверять только

членам семьи и учителям, возможно, няне и водителю, крестной и близкому другу семьи. И больше никому.

Все остальные — посторонние люди, которые не должны подходить к вашему ребенку ни с угощением, ни за помощью, ни просто поболтать. И пока вы не расскажете об этом своим детям сто раз, пока вы не научите их автоматически отвечать любому человеку "Я вас не знаю, я не буду с вами разговаривать", вы не можете быть уверены абсолютно ни в чем. Они так и будут считать, что преступник ходит в маске и с пистолетом.

ТОП-20 самых распространённых ошибок любящих родителей

Даже любящие родители допускают ошибки в воспитании. Любовь и привязанность иногда могут плохо сказаться на эмоциональном состоянии ребенка. Майкл Лири, психотерапевт семейных отношений, рассказал, какие ошибки делают большинство родителей по отношению к своим детям.

1. Мы часто даем детям свободу выбора

Многие родители считают, что у детей всегда должен быть выбор, но в действительности ребенок может совсем растеряться от большого количества вариантов.

2. Хвалим их за все, что они делают

Это очень распространенная ошибка в наше время. Дети, которых перехвалили родители, не будут ничего делать, если за этим не последует награда.

3. Пытаемся сделать ребенка счастливым

Как бы сильно родители ни любили своих малышей, насильно сделать их счастливыми они не смогут. Дети должны сами узнать, что их может развеселить и порадовать.

4. Дарим подарки за что-то

Ребенок начнет думать, что, получая подарок, он будет счастлив. В итоге это превратится в погоню за никогда не удовлетворяющими призами и может привести к зависимости.

5. Загружаем их всевозможными занятиями

Многие родители полагают, что занятия ограждают ребенка от неприятностей, но такая загруженность может привести к эмоциональному и физическому «выгоранию».

6. Стараемся сделать их умнее

Особенно родители, которые считают: «Быть, как все, — значит закончить, как все». Ребенок может стать высокомерным, думая, что все остальные глупы и только притворяются, чтобы его обмануть.

7. Считаем, что строгая религия уберезет их

Когда дети впервые увидят лицемерие родителей, их картонный домик начнет разрушаться.

8. Умалчиваем общую информацию относительно важных тем, например секса

Многие родители боятся говорить о сексе и ошибочно считают, что, избегая этой темы, они оберегают своих детей. Но это не так.

9. Сильно критикуем ребенка за ошибки

Дети, которых постоянно критикуют родители, доведены до совершенства во всем: от внешности и мозгов до чего угодно. Но, когда случается какая-нибудь ошибка,

ребенок чувствует себя как бесполезное человеческое существо и становится очень злым. Даже может нанести себе вред.

10. Используем стыд и угрозы, чтобы наказать ребенка

В ссоре с ребенком никогда не делайте даже намека, что вы его не любите. В противном случае ваше чадо сначала станет покладистым, но впоследствии ребенок привыкнет к вашим угрозам и ему это станет безразлично.

11. Просим сделать детей то, что не соответствует их возрасту

У меня было 3 пациента в возрасте 4 лет, которые готовили себе сами или присматривали за своими родными братьями-одногодками. Потом эти дети выросли и не заводили собственных детей, так как изначально поднимали свою семью.

12. Не ограничиваем время просмотра телевизора

Будь то видео, игры или телефон. Это плохо сказывается на зрении.

13. Не даем детям заскучать

Некоторые родители считают, что дети должны постоянно что-то делать и веселиться. Но каждому ребенку необходимо побыть наедине с собой.

14. Защищаем детей от последствий их действий и от потерь

Я часто вижу родителей, которые хотят, чтобы их ребенок получил все — от покупки простой игрушки до защиты от неприятностей с законом. Впоследствии родители удивляются, почему их ребенок ни за что не благодарен. Все мы должны научиться проигрывать. Это еще один способ обрести мудрость и опыт и понять то, чего не стоит делать в будущем.

15. Не даем детям играть в опасные игры

Компания, организующая детские лагеря в лесу, доказала, что дети, в них отдыхающие, меньше болеют, а также лучше преуспевают, чем их сверстники.

16. Спрашиваем: «Как прошел день?» в то время, когда нужно спать

Лучше узнать об этом днем или после вашей работы. Поздно вечером нужно спать и вам, и вашему ребенку.

17. Читаем очень маленьким детям

Чтение требует от ребенка быть спокойным, неподвижным и использовать воображение. Маленькие дети обычно не могут сидеть на месте.

18. Не отнимаем у ребенка соску, когда это необходимо

Родители знают, что соска является внешним символом незащищенности, поэтому вместо того, чтобы отнять ее у ребенка, родители считают, что он сам должен потерять к ней интерес, когда будет нужно. У меня были взрослые пациенты, которые тайно сосали палец.

19. Поощряем нерегулируемое питание

После вопроса: «Ты сыт?» дети начинают накладывать себе в тарелку еще еды. Эту программу выживания мы унаследовали от наших предков, когда еда не была доступна. Родители только рады, что их чадо много кушает, а у ребенка каждый раз от такого количества еды расширяется желудок.

20. Устраиваем порку детям старше 5 лет

Родители думают, что таким способом смогут научить детей, но телесные наказания никогда не работают лучше, чем любовь.