

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

I. Проблемы в развитии психических процессов

1. При нарушениях памяти надо постараться минимизировать объем заучиваемого материала, добиваясь не дословного запоминания, а общего понимания материала. В тех случаях, когда все же требуется дословное заучивание, нужно проводить его маленькими порциями, добиваясь полного выучивания каждой такой порции, прежде чем переходить к следующей. Например, заучивая стихотворение, удобно учить его по одному четверостишию (не пытайтесь повторять все стихотворение целиком). Однако перед началом выучивания нужно подробно разобрать с ребенком развитие темы, чтобы впоследствии четверостишия не менялись местами. Полезно учить ребенка образно представлять себе то, что требуется запомнить, привлекать самые разнообразные ассоциации.

2. Учите ребенка планировать свои действия. Планирование должно стать обязательным, но коротким этапом, предваряющим каждое действие. "В двух словах скажи, как будешь решать эту задачу" - подобными предложениями взрослый может побуждать ребенка к планированию действий. Принимаясь за уроки, ребенок должен решить, в какой последовательности он их будет выполнять. Этот общий план нужно не только составить, но и материально закрепить: достать все, что нужно для приготовления уроков, сложить учебники и тетради на рабочем месте именно в той последовательности, которая намечена в плане.

3. Если у ребенка замедлен темп деятельности, то эту особенность следует просто учитывать. Нельзя осуждать ребенка за медлительность, над которой он не властен. Следует понимать, что при его темповых характеристиках нужно регулировать объем работы.

4. В целях развития речи:

- после чтения вслух сказок, рассказов попросите ребенка пересказать услышанное (можно с опорой на иллюстрации), ответить на вопросы, задать свои (для детей дошкольного возраста)
- тренируйте детей в пересказе прочитанного произведения
- упражняйте детей в построении выводов, рассуждений, учите доказывать свое мнение, выражать его
- развивайте умение строить рассказ по картинке, заданному плану, по теме
- объясняйте ребенку значения непонятных ему слов

5. Развитие мелкой моторики находится в тесной связи с развитием речи и мышлением ребенка. Поэтому желательно ежедневно делать упражнения на развитие мелкой моторики:

- Катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусины, шарики;
- Разминать пальцами пластилин
- Сжимать и разжимать кулачки, делать мягкие кулачки, в которые взрослый может просунуть палец, и крепкие, которые не разожмешь
- Показывать отдельно только один палец – указательный, затем два – указательный и средний, далее три, четыре и пять
- Барабанить всеми пальцами обеих рук по столу, каждым пальцем поочередно

- Нанизывать крупные пуговицы, бусины, шарики на нитку
- Завязывать узлы на толстой веревке, шнуре.

II. Поведенческие и эмоционально-личностные проблемы

(Упрямство, капризы, непослушание, повышенная двигательная возбудимость и др)

1. Как только ребёнок начинает капризничать, обнимите его, уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза.
2. Если не удалось это сделать, оставьте его в покое, не обращайтесь на него внимания, не принимайте в этой сцене участия. Сохраняйте спокойствие и равнодушие, что бы ребёнок ни делал.
3. Если ребёнку когда-то удалось добиться своего с помощью каприза, он будет прибегать к этому способу всё чаще и чаще.
4. Когда ребёнок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, как вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше.
5. Дети не умеют управлять ни своим возмущением, ни чувством вины. Поэтому нельзя проявлять после истерики ребёнка недовольство, ругать и упрекать его, грозить наказанием, а лучше сказать ему, что он уже достаточно наказал самого себя, и показать, что, несмотря ни на что, вы его любите.
6. Ребёнок гораздо охотнее примет указания, советы и будет следовать им, если будет совершенно уверен в том, что его любят безусловной любовью, если поверит в доброе отношение к себе.
7. Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты, указывать, наказывать, давить и побольше проявляйте тепла, доброжелательности, спокойствия, терпения, ласки, снисходительности, даже ценной некоторых компромиссов.
8. Уделяйте ребенку внимание не тогда, когда он «плохой», а когда он «хороший». Главное – замечать ребёнка именно в те минуты, когда он незамечен, когда не выкидывает никаких «фокусов», чтобы привлечь к себе внимание. А в случае «фокусов» - свести все замечания к минимуму, и в первую очередь свести к минимуму эмоциональность реакций на его поведение, так как именно эмоциональности ребёнок и добивается от взрослых своими выходками.
9. Если ребёнок чрезмерно подвижен, если у него часто меняется настроение, если он страдает энурезом, грызёт ногти, сосёт палец, плохо спит – всё это признаки нервного напряжения. Окрики, одергивания, недовольство и раздражение взрослых в такие минуты, попытки утихомирить ребёнка дают прямо противоположный эффект, так как это как раз те меры, которые вызывают у ребёнка желание двигаться ещё больше. Лучший способ – срочно найти какое-нибудь занятие, связанное с движением, игру, требующую больших физических усилий, так как чрезмерной подвижностью ребёнок пытается разрядить нервное напряжение. В общении с такими детьми сочетайте твёрдость и последовательность с теплотой и доброжелательностью.

Памятка для родителей, имеющих ребенка с дефицитом внимания.

- прежде чем поручить ребенку что-либо сделать, нужно четко представлять себе, сможет ли он с этим справиться;
- установить твердый распорядок дня;
- придумать гибкую систему вознаграждения за хорошо выполненное задание;
- чаще показывать ребенку, как лучше выполнить то или иное задание, не отвлекаясь;
- каждый раз следует убеждаться в том, что ребенок видит связь между поступком и его последствием;
- можно подписывать со своим ребенком соглашения типа: «Я, Алексей, обещаю два дня не опаздывать в школу. Если я это выполню, то смогу смотреть телевизор на 30 минут дольше»
- не следует предотвращать последствия забывчивости ребенка (убирать за ним вещи и игрушки);
- не следует давать ребенку только директивные указания (лучше говорить с ним в мягкой форме);
- напоминать ребенку о его обязанностях следует не только в устной форме (можно их повесить на стенку);
- пусть ребенок принимает участие в обсуждении круга его обязанностей;
- следует снизить влияние отвлекающих факторов во время выполнения задания;
- не разрешайте откладывать выполнение дел на другое время;
- включите в обязанность еженедельную уборку ребенком своей комнаты, стирку одежды, мытье игрушек;
- поддерживайте такую атмосферу в доме, когда работают все вместе, поддерживая порядок в доме;
- помогите ребенку приступить к выполнению задания, так как начало для него самое трудное;
- по мере выполнения поручений ребенок вычеркивает их из списка, который должен составляться для него ежедневно;
- предложите ребенку ставить плюсы напротив правильно выполненных заданий и пусть он получит от вас за них вознаграждение.

Несколько советов, или понемногу о разном.

Ваш ребёнок лучший в мире, т.е. такой же хороший, как и все остальные дети.

Не давайте обещаний, которые вы не можете выполнить. Это поколеблет веру ребёнка в вас.

Не мешайте ребёнку преодолевать трудности, и умело создавайте их.

Не делайте за ребёнка то, что он в состоянии сделать сам. Он может и в дальнейшем использовать вас в качестве прислуги.

Не поправляйте ребёнка в присутствии посторонних. Если вы скажете ему всё спокойно, с глазу на глаз, он обратит гораздо больше внимания на ваше замечание.

Не читайте ребёнку нотации и не ворчите на него, иначе он будет вынужден защищаться, притворяясь глухим.

Смиритесь с тем, что ребёнок любит экспериментировать. Так он познаёт мир.

Лучший способ воспитывать ответственность и уверенность в себе – предоставить ребёнку возможность самостоятельно принимать решения.

Ребёнок учится на собственном опыте, поэтому не следует оберегать его от последствий собственных ошибок.

Чаще веселитесь, пойте красивые песни, приголубливайте своих детей, делайте вместе с ними что-нибудь, не ленитесь отдавать им частицу своей души, и у вас всё получится.

Поощряйте любознательность ребёнка. Если вы попытаетесь отделаться от него, когда он задаёт откровенные вопросы, ребёнок будет искать ответ на стороне.

Когда ребёнок с вами разговаривает, слушайте его внимательно, с пониманием, не перебивая и не отворачиваясь. Не давайте ему заподозрить, что вас мало интересует то, о чём он говорит.

Не задавайте слишком много вопросов и не устанавливайте множество правил для ребёнка: он перестанет обращать на вас внимание.

Пусть ребёнок даёт волю своим фантазиям. Живое воображение – дар, присущий детству. Никогда не подавляйте его!

Не сравнивайте ребёнка с другими детьми, любите его таким, какой он есть. Если вы хотите развить у ребёнка определённые качества, относитесь к нему так, словно они у него уже есть.

Люби своего ребёнка любым: и талантливым, и неудачным, и взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребёнок – это праздник, который ещё пока с тобой! Если ребёнок много видел, много понял, во много поучаствовал, научился выбирать, взаимодействовать, вступать в разумные компромиссы, если он не боится внешней среды и готов к сотрудничеству – вот есть человек!