

## **ПАМЯТКИ и СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА родителям по воспитанию детей**

### **Создание благоприятной семейной атмосферы**

Помните: от того, как вы разбудите ребенка, зависит его психологический настрой на весь день.

Время для ночного отдыха каждому требуется сугубо индивидуально. Показатель – чтобы ребенок выспался и легко проснулся, когда вы его будите.

Научитесь встречать детей. Задавайте нейтральные вопросы: "Что было интересного? Чем сегодня занимались?"

Радуйтесь успехам ребенка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.

Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребенка о событиях в его жизни.

Ребенок должен чувствовать, что он любим. Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

### **Воспитание трудолюбия у детей в семье**

Чаще поощряйте ребенка за самостоятельность, инициативу, качество выполненной работы. Если не все у него получилось – не раздражайтесь, а терпеливо объясните еще раз.

Привлекайте ребенка к большим семейным делам и приучайте ребенка начатую работу доводить до конца.

Каждый член семьи, в том числе и ребенок, должен иметь обязанности по обслуживанию семьи. Не наказывайте ребенка трудом!

### **Воспитание доброты в детях**

Общение – суть жизни человека. Если мы хотим видеть наших детей добрыми, надо доставлять ребенку радость общения с нами – это радость совместного познания, совместного труда, совместной игры, совместного отдыха.

Доброта начинается с любви к людям и к природе. Будем развивать в детях чувство любви ко всему живому.

Научим детей ненавидеть зло и равнодушие.

Как можно больше любви к ребенку, как можно больше

требовательности к нему.

Давайте делать добрые, хорошие поступки, дети учатся доброму у нас.  
Научимся владеть собой!

### **Рекомендации родителям**

1. Главное – абсолютное принятие ребенка со всеми его достоинствами и недостатками. Это залог взаимопонимания в доме.
2. Постарайтесь понять, с какими трудностями сталкивается ребенок при переходе из начальной школы в основную. Не отказывайте ребенку в помощи при подготовке домашнего задания, если он попросит. При этом не делайте ничего вместо ребенка, делайте вместе с ним, приучайте его самостоятельности.
3. Помогите пятикласснику запомнить имена, отчества и фамилии учителей-предметников.
4. Не высказывайтесь негативно о школе, об учителях в присутствии ребенка, даже если Вам кажется, что для этого есть повод. Постарайтесь изобразить в возникшей проблемной ситуации. Лучше, чтобы учитель был нашим союзником.
5. Обеспечьте своему ребенку соблюдение оптимального для этого возраста режима дня и удобное рабочее место дома.
6. Позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребенка были друзья из класса, приглашайте их в свой дом.
7. Создайте ребенку эмоциональный комфорт дома, научитесь правильно общаться с подростками.
8. Радуйтесь достижениям своего ребенка. Не позволяйте сравнивать его с другими детьми, давайте оценку не самому ребенку, а его поступкам.
9. Когда, откуда и в каком виде ни вернулся ваш ребенок домой, **ВСТРЕЧАЙТЕ ЕГО С ЛЮБОВЬЮ.**
10. Читайте литературу, посвященную воспитанию детей.
11. Быть родителем не обязанность и не профессия. Это естественная человеческая потребность.

### **Памятка родителям о физическом наказании**

Ребенок — Человек! Этот маленький Человек нуждается не в окрике и наказании, а в поддержке и мудром совете родителей, не в злом и жестоком обращении, а в добре, заботе и любви. Но, к сожалению, часто меньше всего любви достается нашим самым любимым людям.

Ребенок еще не может и не умеет защитить себя от физического насилия и

психического давления со стороны взрослого. Но дети учатся у нас поведению, манерам общения, крику, если мы кричим, грубости, если мы грубим, жестокости, если мы это демонстрируем. Ребенок, который воспитывается в условиях бесправия, никогда не будет уважать прав другого человека.

И, наоборот, доброе, хорошее поведение наших детей порождается только добром. Удивительно, но ненасилие гораздо больше способствует гармоничному росту и всестороннему развитию ребенка, чем грубое и жесткое обращение с ребенком.

Наши необдуманные агрессивные действия по отношению к ребенку порой могут быть вызваны даже не проступками ребенка, а нашей усталостью, неприятностями и неудачами, раздражением и т.д. Гнев, вылитый в этом случае на ребенка, ничему его не учит, а только унижает, оскорбляет и раздражает.

Добиваясь видимого кратковременного послушания, родители через физическое наказание «воспитывают» фальшь и обман, притупляют процесс нормального развития ребенка.

**Жестокое обращение с детьми** очень часто вызывает у них отнюдь не раскаяние, а совсем другие реакции:

- страх;
- возмущение, протест;
- обиду, чувство оскорбленное, жажду мести и компенсации;
- разрушение «нравственных тормозов»;
- стремление к обману, изворотливость;
- потерю способности к здравому рассуждению;
- ребенок перестает видеть границу между добром и злом, между «можно» и «нельзя»;
- **агрессивное поведение;**
- **снижение самооценки;**
- ненависть к себе и окружающим (если ребенка часто бьют).

Жестокое обращение с детьми обычно также вызывает задержку их психического и социального развития. Важно не допустить, чтобы побои и наказания превратились в кошмар для ребенка и его родителей, когда ребенок перестанет понимать «за что», эмоционально «отупеет» и перестанет различать, где хорошие, а где плохие поступки. Но еще более важно помнить, что из любого кошмара всегда есть выход. И первый шаг должен сделать тот, кто сильнее и мудрее. Хорошо, если это будет взрослый.

Да, дети не всегда ведут себя как чистые и кроткие ангелы, и воспитывать их — дело очень нелегкое. Но из всех трудных ситуаций, в которые они порой ставят своих родителей, нужно искать выход без унижения человеческого достоинства детей, без применения оскорблений и тем более телесных наказаний.

### **Родителям о наказании**

1. Шлепая ребенка, Вы учите его бояться Вас.
2. Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им дурной пример.
3. Телесные наказания требуют от родителей меньше ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.
4. Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.
5. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.
6. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства: любовь и ненависть, — как сразу возникает конфликт.
7. Если Вы шлепаете ребенка под горячую руку, это означает, что Вы хуже владеете собой, нежели требуете от ребенка.
8. Частые наказания побуждают ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.

### **Чем заменить наказание**

1. Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.
2. Объяснением. Объясняйте ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.
3. Неторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь — подождите, пока проступок повторится.
4. Наградами. Они более эффективны, чем наказание.

## Как вести себя родителям, узнав о конфликте учителя с учеником

Если вы узнали о конфликте с учителем:

- Не ругайте ребенка, узнайте, в чем дело.
- Никогда не обсуждайте с ребенком недостатков учителя. Лучше объясните, как тяжело ему работать, указав этим на то, что учитель такой же человек, как и все остальные, и может устать и быть раздраженным.
- Поговорите с учителем без претензий, скорее всего, вместе вам легче будет найти выход. Не запускайте ситуацию. Не ждите, когда пламя конфликта заденет администрацию школы. Разрешите ситуацию в самом начале.

Школьники младшего и среднего возраста пока еще не обладают дипломатическими способностями. Стоит ли ожидать, что в конфликтной ситуации они смогут сохранить хладнокровие, найти адекватное решение проблемы, не усугубляя ее и не нанося ущерб своему здоровью? Если вы знаете, что у ребенка не складываются отношения с учителем, вмешаться необходимо.

Задача папы и мамы – помочь школьнику разобраться в нюансах проблемы и показать возможность конструктивного диалога с учителем. Кроме того, активное поведение родителей уравнивает силы конфликтующих сторон.

### *1 Оценка ситуации*

Не допускайте, чтобы противостояние ребенка и учителя затянулось. Вот несколько признаков, по которым уже на ранней стадии можно определить, что у ребенка сложились напряженные отношения с учителем:

-школьник пренебрегает учебой или каким-то одним предметом: отказывается выполнять домашние задания, портит учебник, ведет тетрадь неряшливее, чем обычно;

– ребенок рисует на учителя карикатуры, пренебрежительно или агрессивно отзывается о нем, раздражается, когда вы задаете вопросы о его уроках.

### *2 Беседа с ребенком*

Чтобы понять причины конфликта, оценить его остроту и принять какие-либо меры, необходимо выяснить точки зрения противоборствующих сторон. Будьте готовы к тому, что две эти версии могут сильно отличаться друг от друга.

Главная цель вашего разговора с ребенком – дать ему возможность выразить свои негативные эмоции. Только после этого сын или дочь смогут принять от вас помощь в конструктивном решении проблемы. В ходе беседы обратите внимание на несколько важных моментов:

– когда ребенок будет рассказывать об отношениях с учителем, он может заплакать, повысить голос, использовать грубые слова и обидные прозвища учителя. Не прерывайте эту пламенную речь;

– после того, как ребенок выплеснет свои переживания, попросите его остановиться на нюансах конфликта. Например, предложите школьнику вспомнить, когда учитель впервые выразил свою неприязнь к нему, в каких

ситуациях педагог начинает повышать голос и т.д.;

– в ходе беседы демонстрируйте ребенку свое сочувствие, не выражая при этом агрессии в адрес учителя. Ваша задача – убедить школьника в том, что ни у него, ни у учителя нет стремления причинить зло противнику. Просто им трудно понять друг друга.

– в конце разговора разработайте совместный план действий. Прекрасно, если предложения будут исходить от ребенка. Допустим, он может пообещать воздерживаться от тех действий, которые раздражают педагога, более старательно готовить домашние задания и т.д.

В то же время родителю не стоит ограничивать себя ролью слушателя.

Постарайтесь убедить ребенка в необходимости вашего разговора с учителем, пообещав при этом прийти в школу после уроков, чтобы одноклассники ни о чем не узнали.

### *3 Разговор с учителем*

Беседа с педагогом, следите за тем, чтобы разговор строился на основании конкретных фактов, а не его личных впечатлений. Не стесняйтесь уточнять и переспрашивать, почему учитель сделал именно такие выводы насчет поведения школьника.

Учитывайте не только особенности действий ребенка, но и нюансы атмосферы учебного заведения: отношения в классе, стиль преподавания учителя. Не заискивайте перед преподавателем, не преувеличивайте вину своего ребенка, чтобы снизить накал страстей. Не бойтесь, что учитель «испортит жизнь» вашему сыну или дочери.

Вы защищаете права ребенка, стремясь к тому, чтобы он комфортно чувствовал себя в школе. Посмотрите на конфликт с высоты своего жизненного опыта. Разве из-за того, что у вас когда-то была тройка по письму, вы не можете устроиться на хорошую работу или не имеете друзей?

Не забывайте, что за возникновение, ход и результат конфликта отвечает педагог – как человек, профессионально занимающийся воспитанием детей.

Если разговор с учителем зашел в тупик, спросите прямо: каким он видит благополучный выход из сложившейся ситуации?

### *Профилактические меры*

Хорошие отношения между родителями и учителями могут уберечь учеников от излишних придирок и завышенных требований. Речь идет не о «подкупе» с помощью подарков, а об участии мам и пап в жизни школы.

Старайтесь регулярно приходить на родительские собрания, предлагайте учителям свою помощь в копировании учебных материалов, и т.д.

Позаботьтесь о том, чтобы ребенок имел интересное хобби. Его спортивные или музыкальные успехи, с одной стороны, позволят представлять школу на различных конкурсах и соревнованиях, а с другой, помогут менее остро переживать конфликты с учителями и одноклассниками.

## Главные заповеди Монтессори



Если ребенка часто критикуют - он учится осуждать,

Если ребенку часто демонстрируют враждебность - он учится драться.

Если ребенка часто высмеивают - он учится быть робким.

Если ребенка часто позорят - он учится чувствовать себя виноватым.

Если к ребенку часто бывают снисходительны - он учится быть терпеливым.

Если ребенка часто подбадривают - он учится быть уверенным в себе.

Если ребенка часто хвалят - он учится оценивать.

Если с ребенком обычно честны - он учится справедливости.

Если ребенок живет с чувством безопасности - он учится верить.

Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным - он учится находить в этом мире любовь.

## Заповеди родителям Януша Корчака

### Януш Корчак



1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.

2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал. Ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третьему, и это необратимый закон благодарности.

3. Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо что посеешь, то и взойдет.

4. Не относись к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам и, будь уверен, ему она тяжела не меньше, чем тебе, а может быть и больше, поскольку у него нет опыта.

5. Не унижай!

6. Не забывай, что самые важные встречи человека — это его встречи с детьми.

Обращай больше внимания на них — мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребенке.

7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь — но не делаешь. Помни, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.

8. Ребенок — это не тиран, который завладевает всей твоей жизнью, не только плод плоти и крови. Это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня. Это раскрепощенная любовь матери и отца, у которых будет расти не «наш», «свой» ребенок, но душа, данная на хранение.

9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.

## **Советы родителям по воспитанию девочки и мальчика**

Будьте осторожны с наказанием! Желательно, чтобы мальчика наказывала не мама, а папа. Девочку — наоборот. Этому правилу необходимо придерживаться, чтобы сформировать у детей доброе отношение к противоположному полу.

Мальчик не может долго удерживать эмоциональное напряжение, он к этому не приспособлен. Поэтому, в случае предъявления к нему претензий, ограничьте длину нотаций. Объясните сыну очень коротко и конкретно, чем Вы недовольны.

В воспитании мальчика очень важно участие мужчины. Если нет папы, его место должны занять значимые мужчины (дедушка, дядя и др.)

Мальчики (на уроке и дома) не могут набрать оптимальный уровень работоспособности так же быстро, как девочки. Эту способность родителям необходимо учитывать и не пытаться форсировать учебную активность, это вызовет явную или скрытую агрессию. Наберитесь терпения!

Если отец хочет, чтобы дети выросли счастливыми, он никогда не должен: унижать женское достоинство матери, вспоминать ее ошибки, подчеркивать ее умственные или физические недостатки, акцентировать внимание на ее экономической зависимости.

### **Памятка для родителей, воспитывающих одарённых детей**

1. Индивидуальный подход к ребёнку.
2. Необходимо знать индивидуальные особенности каждого возрастного этапа.
3. Включайте своего ребёнка в познавательно-практическую деятельность.  
Разрешайте ему экспериментировать, проделывать различные опыты.
4. В игре с Вашим ребёнком используйте воображаемые ситуации, предметы.
5. Во взаимодействие с Вашим ребёнком используйте как можно больше наглядных средств.
6. Развивайте наблюдательность.
7. Ставьте перед ребёнком задачи, которые содержат в себе некоторую неопределённость и не имеют единого решения.

8. Создайте доступные для вашего ребёнка проблемные ситуации.
9. В ваших совместных беседах используйте как можно больше слов, расширяя их содержание с каждым днём. Не бойтесь вводить всё новые и новые слова в ваш «разговор».
10. Создайте для своего ребёнка предметную среду. Не специфичность предметов играет роль в развитии творческого воображения вашего ребёнка. Ставьте перед своим ребёнком творческие задачи.
11. Занимайтесь с ним художественной деятельностью. Не ограничивайте вашего ребёнка в его фантазиях, в выборе темы, цветов красок и т. д.
12. Проводите работу с вашим ребёнком систематически, и для вас будет открыта дверь индивидуального мира вашего ребёнка.

## **Рекомендации взрослым, касающиеся взаимодействия с детьми с различными проблемами**

### **Ребенок с речевыми проблемами**

1. Ни в коем случае не связывайте неудачи ребенка с его речевым дефектом.
2. Объективно подчеркивайте достоинства вашего ребенка.
3. Поощряйте его общение с другими детьми.
4. Не стоит напоминать ребенку о психических травмах и неприятных переживаниях.
5. Обратите внимание на чередование периодов улучшения и ухудшения речи. Проанализируйте ситуации и обстановку, в которой речь улучшается, и способствуйте развитию этих ситуаций.

### **Ребенок с нарушением самооценки**

1. Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает

удовлетворение от сделанного.

2. Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
3. Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
4. Не забывайте поощрять других в присутствии ребенка.
5. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может достичь этого.
6. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.
7. Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой.
8. Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться, особенно в переходные, кризисные периоды в жизни ребенка.

## **Замкнутый ребенок**

1. Расширяйте круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.
2. Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком; стремитесь сами стать для ребенка примером эффективного общающегося человека.
3. Наберитесь терпения и подготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.

## **Агрессивный ребенок**

1. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины агрессивного поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность вашего ребенка будет снята.
2. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения. Не допускайте при нем вспышек гнева или нелестные высказывания о своих друзьях или коллегах.
3. Пусть ваш ребенок в каждый момент чувствует, что вы любите и принимаете

его. Не стесняйтесь лишний раз его приласкать или пожалеть. Пусть он видит, что нужен и важен для вас.

## **Конфликтный ребенок**

1. Сдерживайте стремление ребенка провоцировать ссоры с другими. Надо обращать внимание на недружелюбные взгляды друг на друга или бормотание себе под нос.
2. Не стремитесь прекратить ссору, обвинив другого ребенка в ее возникновении и защищая своего. Старайтесь объективно разобраться в причинах ее возникновения.
3. После конфликта обговорите с ребенком причины его возникновения, определите неправильные действия вашего ребенка, которые привели к конфликту.
4. Не обсуждайте при ребенке проблемы его поведения.
5. Не всегда следует вмешиваться в ссоры детей. Иногда лучше понаблюдать за конфликтом, так как дети сами смогут найти общий язык.

## **Памятка родителю от ребенка**

Не балуйте меня, Вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно мне давать все то, что я требую. Я просто испытываю Вас.

Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет определить мне свое место.

Не полагайтесь на применение силы в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.

Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.

Не давайте обещаний, которых Вы не можете выполнить, это может поколебать мою веру в Вас.

Не делайте за меня и для меня то, что я в состоянии сделать для себя сам, а то у меня войдет в привычку использовать Вас в качестве прислуги.

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 защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я учусь на собственном опыте.

Не пытайтесь от меня отделаться, если я задаю откровенные вопросы. Если Вы не будете на них отвечать, Вы увидите, что я перестану задавать Вам вопросы вообще и буду искать информацию на стороне.

И кроме того, помните, что я люблю Вас, пожалуйста, ответьте мне любовью.

Или можете использовать чуть другие советы

### **Советы детей родителям**

1. Не балуйте нас, так как это портит. Испытание нам не по силам.
2. Не бойтесь быть с нами твердыми: это поможет нам. Мы любим сильных людей.
3. Часто мы говорим и делаем все, чтобы позлить вас. Не поддавайтесь на провокации.
4. Не обижайтесь, если мы говорим грубо: мы этого не хотели. Просто нам тоже бывает больно. Мы хотели бы, чтобы вы об этом знали.
5. Не делайте за нас и для нас то, что мы в состоянии сделать сами. Вы ведь не хотите видеть нас в прислугах.
6. Не подвергайте нашу честность слишком частым проверкам и испытаниям. Это заставляет нас лгать.
7. Относитесь к нам как к друзьям, тогда мы тоже станем великодушными. Мы учимся подражать вам.
8. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.
9. Не пытайтесь отделаться от наших вопросов, ибо ответы на них мы найдем на стороне и, возможно, неправильные.
10. Никогда не отвечайте на наши глупые вопросы. Это повод для того, чтобы вы занимались нами постоянно.
11. Никогда не говорите, что в молодости вы были лучше и безгрешнее нас, иначе нам с вами не сравниться.
12. Не беспокойтесь о том, что мы мало времени проводим вместе. Значение имеет не то, сколько времени мы проводим, а как мы его проводим.
13. Наши страхи и опасения пусть вас не беспокоят. Покажите нам, что такое мужество.
14. Мы не можем успешно развиваться без вашей помощи, поддержки, одобрения.
15. К похвалам мы привыкаем, а к уместному нагоню нет. Решайте сами, что лучше.
16. Мы любим вас. Ответьте нам тем же.