

Консультация для родителей на тему: «Как помочь ребенку в период адаптации».

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Поступление малыша в детский сад - это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям даётся легко. Каждому ребёнку рано или поздно приходится социализироваться, т.е. становиться способным жить среди других людей. Это необходимый для всех этап.

Залог успешного посещения ребёнком садика - контакт родителей и воспитателей, умение и желание взаимно сотрудничать. Если воспитатели и родители объединят свои усилия и обеспечат малышу защиту, эмоциональный комфорт, интересную и содержательную жизнь в детском саду и дома – то это будет залогом оптимального течения адаптации детей раннего возраста к детскому саду.

Больше всего родитель и ребёнок расстраиваются утром при расставании. Вот несколько советов:

- и дома и в саду говорите с малышом уверенно, спокойно;
- пусть малыша отводит тот родитель, с которым ему легче расстаться;
- обязательно скажите, что вы придёте и обозначьте когда;
- у вас должен быть свой ритуал прощания, после чего вы уходите уверенно.

Поступление в детский сад – это момент отделения мамы от ребёнка и это испытание для обоих. У мамы тоже «рвётся сердце», когда она видит, как переживает её малыш. Адаптационная система ребёнка достаточно сильна, чтобы это испытание выдержать. Парадоксально, но хороший факт, что малыш плачет. Поверьте, у него настоящее горе. Плач – помощник нервной системы, он не даёт ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребёнка за нытьё. Не грустите, когда – то это должно было произойти, ваш птенец понемногу расправляет крылышки и пробует вылететь из тёплого мягкого маминого гнездышка.

Рекомендации для родителей в период адаптации ребенка к детскому саду

Адаптация – реакция организма и психики на меняющиеся условия среды.

- Заранее ознакомьтесь с режимом детского сада и придерживайтесь его и в выходные дни.
- Познакомьтесь с меню детского сада и ввести в рацион питания малыша новые для него блюда.
- Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания: умываться, вытирать руки; одеваться и раздеваться; самостоятельно кушать; проситься на горшок.
- Одевайтесь по сезону. Одежда и обувь не должны создавать трудности для ребёнка (не шнурки, а липучки; не пуговицы, а кнопки).
- Не давайте дорогие игрушки и не спрашивайте строго за их сохранность.
- Каждое утро проверяйте содержимое в кармане ребёнка, не допускайте наличия острых и колющих предметов: кнопок, скрепок, монет и т.д.
- Расширяйте "социальный горизонт" ребенка, пусть он привыкает общаться со сверстниками на детских игровых площадках, ходить в гости к товарищам, оставаться ночевать у бабушки, гулять по городу и т.д.
- Необходимо сформировать у ребенка положительную установку, желание идти в детский сад. Малышу нужна эмоциональная поддержка со стороны родителей: чаще говорите, ребенку, что Вы его любите, обнимайте, берите на руки. Помните, чем спокойнее и эмоционально положительно родители будут относиться к такому важному событию, как посещение ребенком детского сада, тем менее болезненно будет протекать процесс адаптации. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.

- Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его там на целый день. Первые недели посещения детского сада должны быть ограничены 3-4 часами, позже можно оставить малыша до обеда, в конце месяца (если это рекомендует воспитатель) приводить малыша на целый день.
- Ребенок должен приходит в детский сад только здоровым. Для профилактики ОРЗ и ОРВИ необходимо принимать витамины, смазывать ходы носа оксолиновой мазью.

Для успешной адаптации решающее значение имеют:

- Функциональное состояние организма, показателем которого является работоспособность;
- Состояние иммунной системы;
- Особенности обменных процессов;
- Тип нервной системы и темперамента;
- Тренированность нервно-психических механизмов, которая достигается постепенным дозированием нагрузок на психику, связанных с новыми впечатлениями;
- Психологическое состояние ребёнка в момент привыкания к новым условиям: например, стабильность положительных эмоций, чувство защищённости, доверия к окружающим. Уверенность в себе и близких людях.

Консультация для родителей на тему: «Игрушка и ее роль в развитии ребенка».

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Детство – страна удивительная. В ней всё возможно, всё позволено. Слабый и беззащитный может стать сильным и всемогущим, скучное и интересное может оказаться весёлым и занимательным. В этой стране каждый может преодолеть все невзгоды и неприятности, сделать мир вокруг ослепительно красочным, ярким и интересным. Для этого достаточно всего лишь быть ребёнком, воображение и творчество которого могут создавать чудеса.

Об этом не раз писали известные педагоги, убежденные в том, что способности даны каждому человеку с рождения. Однако, будут ли они развиваться или наоборот угасать, зависит от того, как растить ребёнка. Боязнь жизненных осложнений порой заставляет взрослого ограждать малыша и лишать его самостоятельности. В результате к самому моменту, когда ребёнок наконец становится взрослым, океан способностей, данный ему изначально, превращается в маленькую грязную лужицу.

Развитие человека сравнивают с построением треугольника, основание которого – начало жизни. Именно в детстве человек обладает наибольшей восприимчивостью, которая и определяет его способности. Средства для этого могут быть разными. Подходит всё, так или иначе затрагивает душу ребёнка. Красота музыкальных созвучий, выразительность линий и цвета, игра и игрушки, поэтической речи питают и лепят творца. Помочь ребёнку стать им должны мастерство, умение, знание взрослого.

Главное в развитии личности – это научить ребёнка играть, ведь во – первых игра – это школа произвольного поведения. (Д. Б. Эльконин). Заставьте ребёнка стоять по стойке «смирно», он не простоит и двух секунд. Но если это действие включить в игровой контекст, цель с успехом будет достигнута. Вспомните старинную припевку: «Море волнуется – раз, море волнуется – два, море волнуется – три. Замри!» Ведь замирают же и стоят, даже самые непоседливые мальчики и девочки, даже на одной ножке.

Во – вторых игра – школа морали в действии (А. Н. Леонтьев). Можно сколько угодно долго объяснять ребёнку «что такое хорошо и что такое плохо», но лишь сказка и игра способны через эмоциональное сопереживание, через постановку себя на место другого научить его действовать и поступать в соответствии с нравственными требованиями, по заповедям милосердия.

В – третьих, игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте, определяющая развитие интеллектуальных, физических и моральных сил ребёнка, а главное – «воспитание чувств» к другим людям, взрослым и сверстникам (А.В. Запорожец).

Что такое игрушка в жизни ребёнка? Игрушка – это очень древнее изобретение человечества. Находки археологов подтверждают, что в куклы дети играли ещё в доисторические времена, а уменьшенные копии животных и птиц сопровождали любого ребёнка на всём пути истории. Роль игрушки много функциональна. Она выступает во – первых, как средство психологического развития ребёнка, во –вторых как средство подготовки его к жизни в современной системе общественных отношений, в – третьих, как предмет, служащий для забавы и развлечений.

Игрушка – не только сопровождение игры, но и средство обучения, развлечения и даже лечения (психотерапевтическая функция игрушки).

Чем же должна быть для ребёнка игрушка?

Прежде всего источником радости и мотивом для игры. Игрушка полезная ставит перед собой благородную воспитательную задачу – учит добру, красоте, мудрости. Игрушка закладывает первоначальное понятие в душу ребёнка добра и зла. В раннем детстве игрушка выступает в авто дидактической роли. К данной категории игрушек относятся матрёшки, пирамиды и т.д. В них заложены возможности развития ручных и зрительных действий. Играя ребёнок учится различать

размеры, формы, цвета. Игрушки – средство воздействия на нравственную сторону личности ребёнка. Особое место среди них занимают куклы и мягкие игрушки: мишки, белочки, собачки и т.д. Сначала ребёнок производит с куклой подражательные действия, т.е. делает то что показывает взрослый: качает, катает в коляске. Затем кукла или мягкая игрушка выступает как объект эмоционального общения. Ребёнок учится сопереживать ей, покровительствовать, проявлять заботу о ней, что ведёт к развитию рефлексии и эмоционального отождествлению. Ребёнок получает много игрушек – заместителей реальных предметов человеческой культуры: машины, предметы быта, оружие и т.д.

Благодаря им он осваивает функции назначения предметов, овладевает функциональными действиями. Многие игрушки имеют исторические корни, например, лук со стрелами, бумеранг и т.д.

Игрушка серьёзно влияет на детскую психику и на развитие малыша. Опасно, если это происходит в игре с негативным героем – игрушкой. Главное для героя – быть первым, победить или достать как можно больше денег. Такие герои умеют хорошо драться, убивать, добиваться своих целей, не обращая внимания на тех, кто рядом. Они достаточно примитивны и бесчеловечны: это либо роботы, либо мутанты, либо гибриды человека или животного (черепашки, пауки). Но во всех случаях человеческое начало в них уходит на второй план, они не совсем люди. При этом все они – положительные герои и нынешние дети стремятся на них походить. Сейчас грань, кто хороший, кто плохой стирается. Наиболее педагогически ценными являются игрушки, обладающие следственными качествами:

- поли функциональность (игрушки могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребёнка, сюжетом игры в разных функциях);
- возможность применения в совместной деятельности (коллективные постройки);
- дидактические свойства игрушки (такого рода игрушки несут в себе способы обучения ребёнка конструированию, ознакомлению с цветом, формой и т.д.);
- принадлежность игрушки к изделиям художественных промыслов (эти игрушки являются средством художественно – эстетического развития ребёнка).

К сожалению, современные игры и игрушки в своём подавляющем большинстве есть анти игрушки: они ориентируют детей не на позитивные ценности культуры, а насаждают стремление к насилию, ненависти. «Игрушками» часто называют и компьютерные игры. А мы беспомощно наблюдаем, как компьютерные «игрушки» вытесняют из жизни наших детей все другие: традиционных кукол, мягких зверушек, мячики, кубики и прочее. Играющие в компьютер дети более агрессивны, нетерпеливы, раздражительны, вспыльчивы.

Поэтому, задача взрослого, научить ребёнка играть в игрушки со сверстником, ведь от того, какие игры и игрушки окружают ребёнка, во многом зависит его интеллектуальное и личностное развитие способностей, воображения и творчества эмоциональной среды, нравственных ценностей, смыслов и установок. Одним словом, выбор игрушки – дело ответственное. Чем должна быть игрушка для ребёнка?

«Источником радости, мотивом для живой игры, объектом для проявления всех инстинктов развития жизни».

**Консультация для родителей на тему: «Мелкая
моторика рук, как средство развития
познавательной сферы».**

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Первый учитель — мама, инструменты — пальцы, ладошки и специальные краски. Не стоит забывать, что малыши — не творцы, а манипуляторы. Они изучают мир, манипулируя предметами, материалами, формами, изучают их возможности и свойства. Им нужно все попробовать «на зубок», облизать, пожевать, потрогать, побросать — они используют все виды ощущений. Поэтому материалы должны быть безопасными.

Если малыш еще совсем маленький, лучше выбирать для творчества натуральные красители. Специальные краски легко оттираются и отстирываются с одежды и мебели, а также имеют очень горький неприятный вкус. Но, тем не менее, это не мешает ребенку их попробовать. Поэтому стоит остановить выбор на съедобных красках: вареной свекле, ярких ягодах, зелени, моркови и других разноцветных продуктах.

Другой вариант натуральных красок — обычная манная каша. Разделите ее на несколько порций, добавьте безопасные пищевые красители и размешайте. Каша должна быть достаточно густая, чтобы мазки получались более насыщенными.

Дети получают огромное удовольствие от художественного процесса и взаимодействия с новыми материалами: ставят кляксы, весело размазывают пятна по всем возможным поверхностям, рисуют линии. Эта увлеченность гораздо важнее результата. Скорее всего, в конце получится непонятная продуктовая масса без особого смысла, но у ребенка пока нет образного мышления, он просто наслаждается процессом.

Рисовать можно на больших листах, начиная от размера А3, но еще лучше взять кусок старых обоев или ватман — тогда ребенок будет в восторге. Нестандартное использование бумаги и красок, необычные инструменты для рисования (*например, морковь*) **развивают** креативность и доставляют море позитивных эмоций.

У этого вида творчества есть много важных преимуществ:

сенсорное **развитие**;

изучение цветов и оттенков;

активация всех органов чувств: зрения, слуха, обоняния, прикосновений;

укрепление мышц рук;

терапевтический эффект (*через рисование пальцами можно выразить свои чувства*);

стимуляция воображения и творческих способностей;

много положительных эмоций;

а еще это гораздо проще, чем рисовать кисточкой.

Возникает вопрос, с какого возраста можно приучать малышей к рисованию, ведь они так любят все тянуть в рот! Психологи считают, что открывать творческие способности можно с 10–11 месяцев. Уже в этот период ребенок может проследить взаимосвязь следа на бумаге с краской. Но лучше всего ориентироваться на индивидуальность вашего малыша: если он свободно передвигается ползком и с энтузиазмом исследует все вокруг, почему бы не приобщить его к искусству?

Как **развивать** пальчиковое рисование?

Ребенка завораживает волшебство рисования: превращения форм, неожиданные изменения цвета. Можно показать малышу, как поставить кляксу, провести линию, сделать ручеек краски от одного пятна к другому. Как мизинчиком сделать следы маленького зайчика, а ладонью или кулаком след свирепого медведя.

В этом виде творчества существуют разные техники и приемы.

Рисование кончиками пальцев

Таким способом можно поставить на листе точки разного размера, которые превращаются в гусеницу, виноград или рябину. Можно рисовать линии и геометрические фигуры. Если сложить пальцы в пучок и приложить к бумаге, получится снежинка или цветы. Одними кончиками пальцев можно создать целый пейзаж. Многие художники, например, Айрис Скотт или Зария Форман, используют эту технику в своих полотнах, которые сейчас можно увидеть на выставках и в музеях.

Рисование ладошкой

Можно просто отпечатывать свою ладонь разными цветами на листе. А можно рисовать полноценные образы, для этого пальцы должны быть сомкнуты. Чтобы нарисовать бабочку, приложите разукрашенную ладошку к бумаге вертикально, рыбку — горизонтально, а осьминога — пальчиками вниз.

Рисование кулачком

Полуоткрытый кулак дает возможность нарисовать бананы, холмы, радугу и другие изогнутые предметы. Сжатый кулачком со стороны большого пальца легко нарисовать красивые розы, улитку или морские ракушки.

Малышу очень полезно изучить возможности своих рук, ведь с помощью всего одной ладошки можно получить столько разных отпечатков! Этот процесс **развивает фантазию**, образное и пространственное мышление, ребенок получает первое представление о фигурах, растениях, животных.

Вместе с родителями можно рисовать настоящие шедевры: семью осьминожек на морском дне, где вокруг маленькие рыбки и ракушки. Это веселое и увлекательное занятие как для детей, так и для взрослых. К отпечатанным элементам можно дорисовывать разные детали, чтобы воплотить любую идею.

Такие простые упражнения отлично **развивают координацию**, особенно если рисовать сразу двумя руками. Занятия особенно важны для левшей, так как они стимулируют правое полушарие, а также ненавязчиво **развивают правую руку**.

Меры предосторожности

Чистота

О ней вы можете забыть, потому что в художественном порыве в краске будет не только сам художник, но и все в радиусе пары метров, в том числе родители. Бесплезно ждать от малыша, что он будет заниматься творчеством, не испачкавшись. Выберите одежду, которую не жалко, потому что ее все равно придется стирать. Застелите по возможности клеенкой пол и мебель поблизости.

Безопасность

Отлично подходят натуральные красители, проверенные краски, паста из манки или муки. Не используйте в работе просроченную акварель или гуашь, она может вызвать аллергию. Не оставляйте малыша одного, иначе краска окажется не только на нем, но и внутри него: он обязательно все попробует на вкус. С осторожностью используйте муку, чтобы грудничок ее случайно не вдохнул: дети очень любят стучать по всем поверхностям и хлопать в ладоши во время рисования.

Удобное рабочее место

Самым маленьким удобнее всего заниматься в детском стульчике: на нем удобно сидеть, а еще там есть специальные выемки, в которые можно поставить краску. От первого занятия зависит, понравится малышу рисование или нет. Убедитесь, что он сыт, бодр и в хорошем настроении. Подготовьте рабочее место и возьмите побольше тряпок и влажных салфеток.

Такая веселая, хотя, на первый взгляд, и очень грязная работа — это отличный способ релаксации, расслабления и раскрепощения ребенка. Творчество помогает избавиться от страха испачкаться или что-то испортить, а также дает творческую смелость.

Консультация для родителей на тему: «Значение сказок в жизни человека».

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Детство каждого человека ассоциируется со сказками. Сказка берет свое начало еще из глубины веков – той поры, когда существовало устное народное творчество.

Устное народное творчество считается неиссякаемым источником для нравственного, патриотического, трудового, эстетического воспитания. Для многих русских писателей и поэтов сказка явилась источником творчества, любви к своему народу, к окружающему, ощущения таинственности и красоты природы. Все знают, какое влияние оказала Арина Родионовна, которая открыла перед маленьким Сашей мир народной песни, сказок. Сказки являлись своеобразным инструментом обучения и целительства, средством народной психиатрии задолго до того, как психотерапия получила свой статус. В сказках и притчах в образной форме показывается, как человек может помочь себе преодолеть различные невзгоды и трудности, сделать свою жизнь полноценной, оставаясь при этом самим собой. Сказки оказывают большое влияние на формирование личности человека. Герои сказок проходят через испытания. На примере героев сказок у читателя развиваются такие качества личности как смелость, сила воли, умение понимать другого человека и др. Сказка всегда имеет хороший конец, потому что нужно верить в хорошее, в волшебство. « Сказка – ложь, да в ней намек, добрым молодцам – урок».

Роль сказки в жизни человека.

Писатель Виктор Кротов дает такое определение сказки: « Сказка – это честная выдумка, честный вымысел. Удивительно то, что это не уменьшает ее способности отражать жизнь, а скорее увеличивает его». Действительно, сказка покоряет богатством вымысла, своими образами, удивительным переплетением фантастического и реального. Герои сказок летают на коврах – самолетах, за одну ночь осушают болота, строят дворцы, побеждают чудовищ и в то же время ничем не отличаются от обычных людей. Это удивительное сочетание правды и вымысла.

Все сказки учат добру. В любом, даже в самом страшном сказочном мире находится герой, который, проявляя необыкновенную силу, храбрость и выдержку, сражается с самыми невероятными чудовищами. При этом он совершает свои героические поступки, как правило, защищая или спасая кого – то. Ему помогают различные существа и предметы. В качестве помощников положительного героя в волшебных сказках выступают мудрые старики, старухи, фантастические существа, богатыри. Помощниками положительных героев в волшебных сказках являются и животные, и звери, и птицы: добрый «сивка – бурка», « утка с золотым яйцом», «чудесная курица» и т. д. Или даже неодушевленные предметы: скатерть самобранка, сапоги – скороходы, живая или мертвая вода. Эти существа или предметы отвечают добром на проявленное по отношению к ним добро.

Человек маленький он или большой должен ориентироваться в жизни. Но прежде чем человек научится ориентироваться во внешней жизни, ему важно ориентироваться в жизни внутренней, т. е. хочу сказать о формировании личности человека. На внутреннюю ориентацию и работает сказка. Мир сказок можно назвать маскарадом. Вильям Шекспир как – то сказал: « Сказка дает нам возможность примерять на себя самые различные маски. Примеряя сказочную маску, мы чувствуем, что именно эта маска, этот персонаж важен для нас. Так происходит наше знакомство с некоторым живым существом в нашей душе, родственным этому персонажу». В нашем внутреннем мире, как и в мире сказочном живут Смелость и Трусость, Жадность и Щедрость, Мелочность и Великодушие, Вера и Рационализм, и множество других персонажей. Сказочная игра учит нас замечать их как сказочных и как внутренних персонажей, помогает нам освоиться среди них и управляться с ними. Сказка помогает нам выбирать свой идеал и держаться за него – хотя бы внутренне. Но без внутренней верности идеалу невозможно и внешнее служение ему.

Люди разных возрастов любят читать сказки. Смысловые оттенки сказок, предпочитаемы в том или ином возрасте отличаются. Например, сказки для маленьких. В них маленький слушатель постигает устройство окружающего мира от простого к более сложному – через сравнения и соотношения. В сказке « Три медведя» четко расписано соотношение между размером предмета и возрастом персонажей и что Машеньке подходит то, что соответствует ее возрасту, -Мишуткины принадлежности; в «Репке» - порядок персонажей « от велика до мала». В этих сказках создается структура интеллекта.

Много сказок об отношениях с окружающими: о любви, дружбе, взаимовыручке, жестокости, эгоизме, коварстве и пр. Например, «Гуси – лебеди», « Царевна – лягушка» т. д.

Человек в 10-14 лет, читая сказки, через призму воображения пытается определить свое место и свои ценности в реальной жизни. Интересными в этом возрасте являются приключенческие сказки: « Пеппи –Длинный чулок»,« Приключения Электроника», «Гарри Поттер» и др.

Фэнтези, приключения, детективы – это сказки для взрослых. Период веры в чудо сменяется реалистическим восприятием действительности. Одни взрослые, читая сказки, отдыхают, для других сказки как бы перестают существовать, третьи сами создают сказки.

Взрослые читают сказки своим детям, знакомят с системой человеческих ценностей и отношений, с правилами и нормами поведения в обществе.

На закате жизни человек читает сказки внукам и правнукам.Сказки помогают взрослым и детям стать близкими, научиться понимать друг друга, доверять. Ведь именно сказка является тем невидимым мостиком между ними в том смысле, что взрослым так часто не хватает времени поговорить с малышом. Рассказывая сказки, они хоть на миг могут ощутить чувства ребенка. Для взрослых это возможность говорить с ребенком, не только поучать. В ответ ребенок больше доверяет взрослым. Поэтому сказки из глубины веков являлись неиссякаемым источником воспитания важнейших человеческих качеств.

В современной жизни появилось понятие сказкотерапия. Посредством сказкотерапии можно работать с агрессией, неуверенностью в себе, застенчивостью, с проблемой стыда, вины, лжи. В сказкотерапии важен процесс подбора для каждого человека своей, особенной сказки, которая поможет проявиться потенциальным частям его личности, чему – то нереализованному, обучит методам самопомощи, позволяющим справиться с конфликтом, проблемами и жизненными трудностями. В результате у человека появляется чувство защищенности, произойдет раскрытие внутреннего и внешнего мира.

Сказку можно назвать средством приобщения человека к жизни.

Мои сказки.«Мы вместе, нам хорошо».

Жили- были мама с папой. У них была дочь. Мама и папа целый день работали, и у них не хватало времени, чтобы пообщаться с дочкой.

А дочь росла. Она чувствовала себя одинокой, ей не хватало общения. Однажды вечером вернувшись с работы, мама вошла в комнату дочери. Она посмотрела на спящую дочку и увидела под глазами еще не высохшие слезы. Мама своими теплыми руками погладила волосы дочери. « Как же много времени потеряла. Ведь я не замечала, как растет моя дочь», - прошептала мама. Она оглянулась вокруг и увидела на стене картины, нарисованные дочерью. На одной из них был нарисован дом, рядом цветы и зеленая трава, голубое небо и яркое солнце. А в центре картины изображена девочка, которая идет, взяв за руки отца и мать. Улыбающиеся лица на картине как будто говорили: « Мы вместе, нам хорошо». Мама показала картину дочери ее отцу. Оставив все дела, они решили погулять вместе с дочерью. Папа поднял дочку на руки, стал ей рассказывать интересные истории. Мама тоже внимательно слушала и тихо радовалась, наблюдая за счастливыми лицами мужа и дочери. Для нее этот день казался необыкновенным. Девочке больше никогда не было одиноко.

Консультация для родителей на тему: «Методы борьбы с детской истерикой».

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Зарыдать изо всех сил, топтать ногами, упасть на пол – отвратительное поведение, скажут взрослые.

Эмоциональная лабильность – резкая смена настроения без видимых причин, скандал по щелчку пальцев, объясняют специалисты. Когда так ведут себя дети, про них говорят: «Довел себя до истерики!». Но что на самом деле скрывается за этим поведением, о чем родителям с помощью истерики сообщает мозг ребенка

Самое важное, что следует запомнить взрослым: не принимайте детскую истерику на свой счёт. Это не манипуляция: до 6-7 лет мозг ребёнка даже физиологически не готов к таким сложным психологическим операциям. Ребёнок не истерит нарочно и уж точно не планирует заранее устроить маленький скандалчик на завтрак. Истерика — это стоп-кран нервной системы.

Как это происходит в норме? Представьте поезд. Когда машинист заранее знает, где нужна остановка, он постепенно сбавляет скорость, жмёт на нужные рычаги и медленно останавливается. Причём, если поезд современный, а машинист профессиональный, пассажиры даже не заметят работу машины. Но если вдруг на пути препятствие, в механизме случается поломка или любые другие непредвиденные обстоятельства, машинист дергает стоп-кран, чтобы не допустить большой беды.

В истории про истерику поезд — это организм и все его системы, машинист — мозг. Когда нервная система истощается и не может самостоятельно переключиться на режим отдыха и восполнения ресурсов, мозг запускает экстренное торможение. То есть истерику.

Например:

- Ребёнок плохо спал ночью или не поспал днём — к вечеру истерика.
- Переутомился на шумном мероприятии, за день пережил множество эмоций и впечатлений — истерика.
- В местах массового скопления людей нервная система детей быстро перегревается (раздражители со всех сторон: мельтешение, шум, работают разом все сенсорные анализаторы — зрение, слух, обоняние, осязание). И привет, истерика!
- Ребёнок голоден — ждём истерику.

В таких ситуациях истерика ожидаема, то есть нормальна. Нужно максимально минимизировать риск ее возникновения. И по возможности пересмотреть режим.

Такие истерики могут случиться с любым ребенком. И особенно часто встречаются в 1,8-2 года, в 5 лет и в период с шести с половиной до семи с половиной лет. Это обусловлено физиологическими перестройками и периодами взросления.

- Истерика в норме длится не более 15 минут. Затем ребёнок успокаивается или переключается.
- В любом случае не нужно ругать. Это ещё больше угнетает уставшую нервную систему (и вашу тоже).
- Можно попробовать ребёнка отвлечь. Обнять или погладить.
- Если ребенок не идет на телесный контакт во время истерики, попробуйте не трогать его, ничего не говорить, но быть рядом, в зоне видимости. Уходить и оставлять ребёнка тет-а-тет с его состоянием не стоит — он все же нуждается в вашей поддержке.

Но бывают ситуации, когда же истерика — это сигнал о неоптимальной работе организма.

- Для многих детей истеричное поведение — это признак начинающегося вирусного заболевания. Даже ДО появления первых симптомов.
- Ребенок, кажется, на ровном месте пускается в истерику, бьется головой о пол или стены,

ударяет себя по голове — возможно, так он сигнализирует о головной боли. Дети не умеют дифференцировать боль — то есть четко назвать, что и где болит.

- Частые и беспочвенные истерики могут быть признаком внутричерепной гипертензии.
- Агрессия по отношению к себе или к другим в момент истерики может говорить о неоптимальной работе некоторых отделов и структур мозга: нарушения венозного оттока, ликворной динамики, смещение шейных позвонков.

Для таких детей истерика и двигательная активность — это способ подзарядить истощенный мозг, заполучить энергию. Соль в том, что это некачественная энергия, она быстро расходуется снова.

- Истерика может быть внешним проявлением внутренних сбоев в работе кишечника и обмена веществ. Например, при полной или частичной непереносимости глютена и лактозы превращаются в нейротоксины, которые влияют на поведение. Попробуйте скорректировать питание, убрать глютен и лактозу из рациона на время — и понаблюдайте, как меняется поведение.
- Переизбыток патогенной флоры делает детей вспыльчивыми и неуправляемыми.
- Вечно ноющий, недовольный и истеричный ребенок — это повод проверить гормональную систему.

Если с физиологическими причинами ничего не делать, продуманный мозг возьмёт истерики в привычку. Формируется стереотип поведения: хочешь добиться желаемого — начни истерику.

Важные выводы для родителей:

Ругать и стыдить за истерику бесполезно: в момент, наоборот, важно показать ребенку, что вы рядом, принимаете его и готовы помочь. Часто достаточно просто быть рядом, медленно поглаживать, не пытаться встряхнуть ребенка или поставить на ноги.

Каждый раз после истерики анализируйте, что могло к ней привести: недосып, голод, переутомление. Пересматривайте режим.

Если истерика появляется регулярно, вы не можете понять связи между истериками и событиями дня, она мешает качеству жизни ребёнка и всей семьи, нужно искать причину и устранять. Начинаем с нейродиагностики: после неё станет понятен дальнейший маршрут исследований и коррекции. Лучшая профилактика детской истерики — гармоничное развитие, требования по возрасту, налаженный режим дня, рациональное питание и адекватные нагрузки.

Консультация для родителей на тему: «Методы борьбы с детской истерикой».

подготовила педагог-психолог

МБДОУ д/с № 84

Каримова Алсу Ильфатовна

Не всегда и не у всех женщин есть возможность и желание «сидеть» с ребёнком дома до трёх лет (а как мы с вами понимаем, «сидеть» с ребёнком - это вовсе не про «сидеть») И пока одна мама получает удовольствие от долгого ГВ, прикорма, наслаждается прогулками, развивашками, свежим воздухом на даче, разговорами в песочнице и т.п., другая (не менее хорошая!) мама за два-три года пребывания в декрете попросту «выгорит», превратится в раздражительного человека, который чувствует себя явно не на своем месте.

А еще бывают ситуации, когда у семьи попросту нет финансовой возможности, чтобы женщина не работала 2-3 года, и тут приходится искать варианты (обычно это бабушки-дедушки, няня или садик).

Что важно держать в голове, если у вас ситуация, когда нужно выйти на работу (по любым причинам):

ребёнку младше трёх лет особо не нужна «социализация», он больше играет и общается со взрослыми. Поэтому в этом возрасте, на мой взгляд, лучше идти либо в очень классные ясли-сад (скорее частные, с возможностью индивидуального подхода к ребёнку, с воспитателями, которые вам очень откликаются), либо - если доступные ясли вас не устраивают – всё-таки пока выбрать вариант няни или бабушки.

Есть мнение, что отдавать ребёнка в сад до трех лет - плохо, нарушает привязанность и прочее.

Если вы приняли решение выйти на работу, пока малыш еще маленький – это нормальное решение. И в этом случае важно вложить своё время в поиск хорошего садика, заранее подготовить ребёнка, внимательно наблюдать за адаптацией и дарить малышу побольше тепла в оставшееся вечернее время.

И еще очень важно быть честной с самой собой: «Да, я сознательно вышла на работу. При этом я продолжаю быть достаточно хорошей мамой. Я буду поддерживать своего малыша при адаптации к садику, и мы справимся».

Очень часто про садик говорят как про место для так называемой «социализации» ребенка.

Если рассматривать ДОУ преимущественно в этом контексте, то важно помнить, что «социализация» (то есть регулярное общение с другими людьми своего возраста) становится важной частью жизни ребёнка после 3 лет. В 1,5-2 года о ней еще попросту не идет речь.

Детский сад способствует «социализации» после 3 лет. В то же время, успешно «социализироваться» можно и вообще без садика. Например, если у вас регулярно есть занятия, на которых малыш имеет возможность взаимодействовать с другими детьми, или если ребёнок регулярно бывает на площадках и других местах скопления людей примерно своего возраста, или если у вас большая семья с кучей племянников разного возраста.

Поэтому если «социализация» для вас пока единственный аргумент в пользу детского садика (и вашему малышу еще нет трех лет), я бы очень хорошо подумала о целесообразности сада в таком возрасте и о возможных альтернативах.

Наконец, мы можем рассматривать садик как место, где ребёнка чему-то «научат»: ходить на горшок, самостоятельно спать, читать-считать.

Вот к этому аргументу в пользу садика много вопросов. Например, Вы уверены, что в саду научат без манипуляций и запугиваний?

В хорошем монтессори или вальдорфском саду, наверное, да. Но я в своей практике встречаю очень много историй, когда именно на фоне сада у ребенка начался энурез, или ребёнок стал бояться горшка как огня, или появились запоры, тики и проч. неприятности.

Резюмируя:

перед принятием решения о возрасте, когда ребенок идет в садик, маме важно задать себе несколько вопросов.

- Зачем именно мне как маме сейчас нужен детский сад?
- Готова ли я доверить уход за ребёнком кому-то ещё?
- Готов ли мой ребёнок к детскому саду, или нам пока искать другие форматы (няня и тд)?

Ребёнок может успешно привыкнуть к саду практически в любом возрасте. В России больше принято отдавать в садик после 2,5-3 лет; в Германии после года; в США малыши часто идут в группы для самых маленьких уже в несколько месяцев. В любом возрасте бывают как успешные истории («мы в восторге от сада!»), так и разочарования.

Безусловно, чем младше ребёнок, тем важнее искать индивидуальный подход и маленькие группы (обычно это частные садики).

После 2,5-3 лет выбор становится сильно больше.

Консультация для родителей на тему: «Воспитываем самостоятельность дошкольника».

подготовила педагог-психолог
МБДОУ д/с № 84
Каримова Алсу Ильфатовна

Как научить ребенка быть самостоятельным?

Игра является ведущей деятельностью дошкольника. Развитие самостоятельности в игровой деятельности происходит произвольно. Задача взрослого на начальных этапах организовывать игровую деятельность, предлагать разные сюжеты, давать ребенку роль. В игровых ситуациях у ребенка повышается активность, и со временем ребенок сам станет вести сюжет, выбирать свою роль. Игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, служит для ребенка тем «безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность».

- Физическая и бытовая самостоятельность начинает формироваться у детей в период кризиса 3-х лет, когда ребенок начинает себя осознавать отдельной личностью, а любая деятельность сопровождается фразой **«Я сам»**. У детей начинает формироваться воля и они стремятся сами делать выбор и привычные дела без помощи взрослого. Ребенок сам начинает есть, пытается самостоятельно одеваться, мыть руки. В этот период родителям необходимо запастись терпением и **предоставить сферу деятельности, где ребенку посылно проявлять самостоятельность**, например, самостоятельно выбирать, какую надеть футболку из двух предложенных и т.п. Не делайте за ребенка, то что он может сделать сам – не мешайте ребенку, пусть сам ест, сам выберет одежду на прогулку и в детский сад, сам заправляет постель.
- В старшем дошкольном возрасте формированию самостоятельности наравне с игрой способствует так же **трудовая деятельность**. В трудовой деятельности ребенок формирует для себя цель, планирует свои действия, выбирает средства реализации своего плана, проявляет волевое усилия, чтобы достичь поставленной задачи. Выполнения простых и посылных возрасту поручений взрослых и имея обязанности по дому у ребенка формируется привычка к трудовому усилию, а по мере усвоения трудовых навыков ребенок приобретает самостоятельность в выполнении действий, учится выполнять их правильно, аккуратно, внимательно.
- Формирование личностной самостоятельности сложный процесс, в результате которого дети учатся принимать самостоятельно решения, и затем видеть последствия этих решений. Начало формирования личностной самостоятельности закладывается в раннем возрасте, когда родители предлагают ребенку **сделать собственный выбор**. Для этого можно предлагать ребенку несколько вариантов на выбор, например «мы пойдем гулять в парк или на площадку?», «если ты сейчас не соберешь игрушки, мы не успеем на мультфильм, поэтому или ты сейчас наведешь порядок, или мы остаемся дома». Не всегда необходимо ограждать ребенка от проблем: позволяйте ему встречаться с негативными последствиями своих действий (или своего бездействия).

Воспитание самостоятельности это длительный и постепенный процесс, поэтому ребенку необходима ваша **поддержка**. Таким образом, **похвала и поощрение** оказывают положительное влияние на данный процесс. **Положительная оценка и одобрение** действий ребенка, обращение внимания на успехи ребенка в его деятельности помогает ему поверить в себя и собственные силы, побуждает его проявлять волевое усилие. Благодаря чему, у него сохраняется мотивация в дальнейшем поступать так же, проявляя самостоятельность.

