СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок лжет:*

- Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть, со всеми его недостатками и достоинствами.

- Уча ребенка честности, будьте честны сами. Ребенок должен понимать, что вы не можете смириться с ложью и всякая неправда вам чужда. Даже умолчание для вас – тоже ложь.

- Чем лучше будет ребенок чувствовать себя в вашем обществе, тем более хорошее представление у него сложится о себе самом и тем реже у него будет возникать желание солгать.

- Чаще хвалите, одобряйте ребенка, поощряйте за хорошие поступки.

- Если вы уверены, что ребенок лжет, постарайтесь вызвать его на откровенность и выяснить причину лжи.

- Причинами лжи могут служить следующие проблемы: нужда в похвале или проявлении любви взрослого; попытка скрыть свою вину; попытка избежать наказания; желание выразить свою враждебность тому, кто лжет.

- Найдя возможную причину лжи, постарайтесь действовать и помочь ребенку так, чтобы разрешить его проблему.

- Не наказывайте ребенка, если он сам сознается во лжи, дав оценку собственному поступку.

- Сделайте все от вас зависящее, чтобы у ребенка не было заниженной самооценки.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок гипердинамичен:*

- Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.

- Четко придерживайтесь режима дня.

- Строго разграничьте целенаправленную активность через игру. Игра обязательно должна быть со смыслом.

- Приобщайте ребенка к организованным подвижным играм, в которых он может расходовать избыточную энергию.

- Приобщайте ребенка к командным играм, где ребенок может подчиняться определенным требованиям, ставить перед собой цель и стремиться выполнить её.

- Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.

- Ограничьте просмотр остросюжетных телепередач.

- Ограничьте количество беспокойных и шумных приятелей.

- Не принимайте у себя большое количество гостей и не ходите с ребенком в шумные компании.

- Хвалите ребенка в каждом случае, если он этого заслуживает, подчеркивайте его успехи. Это даст ребенку уверенность в своих силах.

- Говорите с ним сдержанно, мягко, спокойно.

- Учите сдерживать «бурлящие» эмоции и постарайтесь не выплескивать свои.

- Старайтесь гасить конфликты, в которых замешан ваш ребенок в зародыше.

- Будьте последовательны в наказаниях и поощрениях ребенка. Если возникла необходимость отчитать, проработать – делайте это не грубо, а взволновано и эмоционально.

- Наказывать гипердинамичного ребенка можно только неподвижностью.

- Следите за дисциплиной. Устраняйте влияние всепрощающих взрослых.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок застенчив:*

- Выражайте безусловное расположение ребенку.

- Общайтесь с застенчивым ребенком доброжелательным тоном. Только такое общение не спровоцирует повышения уровня тревожности.

- Чаще поощряйте застенчивых. Поощряйте не только проявление способностей и знаний , но также эмоций и чувств.

- Всегда сами предлагайте помощь ребенку, не так он сам не способен её попросить.

- Заранее разъясните ребенку новую ситуацию и, что от него требуется, так как застенчивые дети тревожны в непредсказуемых положениях.

- Позволяйте ребенку делать ошибки. Учите их идти на разумный риск и переносить поражения. Учите тому, что неудача – это либо неправильно выбранная цель, либо неправильно выбранные средства.

- Помогите застенчивым найти и оценить в себе то, что есть в них хорошего, приучая принимать похвалу без лишнего смущения.

- Не предъявляйте ребенку требований, неадекватных его возможностям.

- Помните, что застенчивому ребенку необходима стабильность во всем, ибо любые изменения для них крайне болезненны.

- Чаще прикасайтесь к ребенку, гладьте его, обнимайте. Прикосновение успокаивает, лечит и стабилизирует ребенка.

- Поощряйте совместную игру застенчивого ребенка с другими детьми.

- Учите ребенка умению общаться с другими людьми. Чаще посылайте его в магазины или с какими-либо поручениями к вашим друзьям, соседям.

- Общайтесь с застенчивым ребенком на уровне его роста, «глаз-в-глаз», т.е. в буквальном смысле склоняйтесь к нему, чтобы ваши глаза встретились в процессе разговора.

- Всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не способен её попросить.

- Создайте атмосферу доверия в своем доме: пусть дети имеют возможность говорить о своих проблемах открыто и безбоязненно.

- Будьте открыты и искренни. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок медлителен:*

- Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть.

- Не торопите его, поощряйте, подбадривайте словом, взглядом, прикосновением.

- Наберитесь терпения. Работа медлительными детьми очень утомительна и требует умения сдерживаться, не повышать голос.

- Никогда не позволяйте ребенку работать «на время». Временной цейтнот категорически противопоказан медлительному ребенку.

- Всемерно способствуйте развитию уверенности в своих силах. Работайте с ним на «положительном подкреплении»: при неудачах – подбодрите, самый ничтожный успех – подчеркните. Всегда создавайте ситуацию успеха.

- Всегда помните о том, что такому ребенку надо время «на раскачку».

- Используйте приемы опережающего воздействия. Заранее напоминайте, создавайте условия. Облегчающие ребенку выполнение задания в более быстром темпе.

- Привлекайте к совместной деятельности. Ребенок, заражаясь общим настроением, стремится согласовать свои действия с действиями других.

- Стремитесь к строгому соблюдению режима дня.

- Вырабатывайте у ребенка чувство времени.

- Привлекайте ребенка к занятиям физической культурой, ритмикой.

- Чаще переключайте внимание ребенка в процессе деятельности.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок плохо запоминает:*

- Учите ребенка ставить цель запомнить надолго.

- При подготовке уроков следует чередовать способы работы: конспектирование, запоминание со слуха, использование схем, диаграмм, графиков, рисунков и т.д.

- Для того, чтобы лучше запомнить текст, нужно прочитать его вслух.

- Ребенок лучше запоминает тогда, когда перескажет прочитанное.

- Во время заучивания ребенок должен понять то, что нужно запомнить.

- Для осмысления запоминаемого текста можно использовать схему: 1. О чем или о ком говорится в тексте; 2. Что об этом говорится.

- При запоминании пользуйтесь смысловыми опорами, смысловым соотнесением и смысловой группировкой – кто хорошо осмысливает, хорошо запоминает и долго помнит.

- Готовить уроки следует сразу же в день объяснения нового материала, т.к. забывание активнее происходит в первые 24 часа. После математики учите историю, после физики – литературу, память любит разнообразие.

- При подготовке материала день в день следует разделять во времени понимание и запоминание.

- Лучше учить по одному часу семь дней, чем семь часов подряд в один день.

- Учить материал нужно в определенное время, чтобы выработать режим.

- Вечером, перед сном, нужно повторить выученное.

- Не учите стихи по столбикам. Короткие заучивайте целиком, длинные разбивайте на порции.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*

СТРАНИЧКА ПСИХОЛОГА

**Рекомендации родителям и педагогам**

*Если ребенок сквернословит:*

Вербальная агрессия.

- Не ругайте ребенка, как это часто делают многие, и не угрожайте, что станете ругать его, если он будет говорить бранные слова.

- Постарайтесь сделать так, чтобы он был как можно более откровенен с вами. Это позволит непосредственнее высказываться в вашем присутствии, и тогда то, чему он научится, он скажет вам, а не произнесет при посторонних.

- Обескуражите ребенка – это наилучший способ повлиять на него. Когда он станет говорить бранные слова, отнеситесь к этому спокойно, мягко, добродушно. Ласковое обращение сразу же притупляет оружие, которое в противном случае может стать угрожающим.

- Объясните ребенку, что говорить бранные слова так же неприятно, как отрыгивать за столом или не извиниться в нужный момент. Но объясните это кратко и не наказывая его.

- Если случится, что он обронит какое-нибудь бранное слово при посторонних, кратко извинитесь за него и сразу же смените тему разговора.

Косвенная агрессия.

- К ней относятся: злобные сплетни, шутки, взрыв ярости, который проявляется в крике, топанье ногами, битьё кулаками по столу…

- Механизм косвенной агрессии связан феноменом «перенесения». У некоторых детей агрессивность принимает форму разрушительного отношения к вещам. Детский гнев или недовольство, могут вылиться в большую драму.

- Взрослым надо оставаться спокойными и не отвечать гневом на гнев. Это очень трудно, когда стулья и игрушки летят в голову!

- Необходимо разобраться, действительно ли ребенок, играя, ломает игрушку только потому, что ему непременно хочется её сломать. Подобное происходит в том случае, если ребенок устал от запретов родителей и он не может это сделать с ними.

*Педагог-психолог ЦДТ*

*Аванесова Алина Валерьевна*

*39-72-19; 8 928 313 22 18*