

### Консультации для родителей

#### Консультация для родителейв старшей группе на тему:«Как победить застенчивость»

*Цель: расширить представления родителей о способах и методах преодоления застенчивости.*

*Можно ли ребенку справиться с застенчивостью и как это сделать?*

*Проанализируйте свое отношение к ребенку. Безусловно, вы любите его. Но всегда ли вы выражаете эту любовь в реальном поведении? Часто ли вы говорите своему малышу о том, как сильно вы его любите? Любите просто так, ни за что. Взгляните на ситуацию в семье глазами ребенка. Может ему не хватает выражения вашей любви, похвалы, поддержки? Ведь мы так часто обращаем внимание на своих детей лишь тогда, когда они что-то делают плохо, и не замечаем их достижений. Хороших поступков. Застенчивые дети доставляют родителям меньше хлопот, чем озорные и непослушные. Поэтому и внимания им уделяется меньше, в то время как именно таким детям оно требуется в большей мере. Они не заявляют об этом открыто, но потребности у них в доброжелательном внимании, уважении к своей личности у них развиты сильно. Без удовлетворения этих потребностей у ребенка не закладывается тот фундамент, который лежит в основе его развития, - доверие к людям, позволяющее активно и безбоязненно входить в окружающий мир, творчески его осваивать и преобразовывать его. Взрослый должен воспитать в себе умение быть внимательным к ребенку не только в том случае, когда тот обращается за помощью и поддержкой, но и тогда, когда она, на первый взгляд ему не нужна.*

*Следующая задача - помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе. Застенчивый ребенок боится отрицательной оценки, но это не значит, что оценка ему не нужна вовсе. Делая что-то вместе с ребенком, выразите уверенность в том, что он справится с задачей, а если нет, то это не беда, и вы всегда поможете ему и вместе преодолеете трудности. Если вы видите, что ребенок слишком сосредоточен на оценке и это тормозит его действия, отвлеките его от оценочной стороны деятельности. Здесь вам помогут игровые приемы и юмор. Обыграйте ситуацию, внесите в нее элемент воображения. Например, если ребенку не удается собрать фигурку из «Лего», сделайте их одушевленными и наделите вредным характером, который мешает ребенку справиться с задачей.*

*Следует помнить, что застенчивые дети очень осторожны и побаиваются нового. Они в большей степени, чем их незастенчивые сверстники подвержены соблюдению правил, боятся их нарушить.*

*У застенчивых детей в большей мере сформирован внутренний запрет на поступки и действия, порицаемые взрослыми, и это может тормозить их инициативность и творческие проявления. Задумайтесь, не слишком ли часто вы ограничиваете свободу ребенку, его непосредственность, любознательность. Не сочтите за кощунство совет – иногда нарушить правила, ваше гибкое поведение поможет малышу избавиться от страха наказания, от чрезмерной скованности.*



### Консультации для родителей

#### «Кризис трех лет»

***К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озабоченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, удлинить психологическую пуповину, научиться многое делать самому и как – то решать свои проблемы. Без психологического отделения от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.***

***Кризисы развития – это относительно короткие (от нескольких месяцев до года – двух) периоду в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длинных и спокойных - стабильных и более коротких, бурных – критических, то есть кризисы – это переходы между стабильными периодами.***

***Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. Родители не должны пугаться остроты протекания кризисов, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей. И, наоборот, внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих изменений.***

***Таким образом, не надо пугаться кризисных проявлений, опасны проблемы непонимания, возникающие в этот момент у родителей и педагогов. Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявление кризиса? Как помочь ребенку выйти из него, не внося в душу негативные качества: ведь упрямства – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я», эгоизм – в здоровом виде чувство «самостоятельности», собственное достоинство; агрессивность – крайняя форма самозащиты; замкнутость – неадекватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов – не допустить закрепления их крайних проявлений.***

***Что необходимо знать воспитателям и родителям о детском упрямстве и капризности:***

* ***Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев;***
* ***Как правило, фаза эта заканчивается к 3.5 – 4 годам (случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная);***
* ***Пик упрямства приходится на 2.5 – 3 года жизни;***
* ***Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.***
* ***Девочки капризничают чаще, чем мальчики.***
* ***В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день (у некоторых – до 19 раз);***
* ***Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.***

***Что могут сделать родители:***

* ***Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как необходимость.***
* ***Во время приступа упрямства оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.***
* ***Не пытайтесь во время приступа что – то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.***
* ***Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-я-яй!». Ребенку только это и нужно.***
* ***Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.***
* ***Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка, штучка!», «А что это за окном ворона делает?» - подобные маневры заинтересуют и отвлекут.***
* ***Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.***


**Адаптация ребенка к детскому саду** - **Это привыкание к новым нормам и правилам жизни. Для того, чтобы она прошла успешно, предлагаем Вам ознакомиться с небольшой памяткой, как быть и что делать, чтобы адаптация малыша к детскому садику или яслям прошла для него менее болезненно. Надеемся, наши рекомендации помогут Вам, и Ваш малыш с радостью и удовольствием будет находится в новом детском коллективе.
 Памятка для родителей**

1**. Настраивайте кроху как можно положительнее к его поступлению в детский сад.

2. Объясняйте и демонстрируйте, что мама и папа иногда уходят, но обязательно вернуться.

3. Давайте понять, что разлука с Вами неизбежна, что очень хорошо, что он дорос до сада и стал таким большим.

4. Не оставляйте малыша сразу на целый день, постепенно увеличивайте число часов пребывания в детском саду.

5. Не стоит сильно нервничать и показывать свою тревогу, когда отводите малыша в детский сад. Ребенок будет фиксировать и копировать ваше поведение.

6. Никогда не уходите незаметно, не предупредив малыша об этом, вы рискуете подорвать доверие к себе.

7. Все время объясняйте чаду, что он для вас, как раньше, очень дорог и любим.

8. Не обсуждайте при ребенке волнующие вас проблемы: малыш не слушая слушает.

9. Создайте спокойный, бесконфликтный климат для него в семье.

10. Постарайтесь мудро реагировать на выходки ребенка и не наказывайте его за детские капризы, и не в коем случае не угрожайте детским садом как наказанием за его непослушание.

11. Научите элементарным навыкам самообслуживания: одеваться, раздеваться, умываться, есть, расчесываться, проситься и ходить в туалет.

12. Введите режимные моменты детского сада в домашний режим дня.

13. На время прекратите походы в многолюдные и шумные места, сократите просмотр телепередач,лучше больше играть в игры дома.

14. Уделяйте внимание состоянию здоровья вашего ребенка.

15. В первое время целесообразно сохранить привычные для ребенка приемы ухода: покачать на ручках, поцеловать и т.д., можно принести любимые игрушки.

16. Сотрудничайте с воспитателями.**

**Общие рекомендации и требования детских садов для родителей**

1. Желательно приводить ребенка в детский сад не позднее 8.15.

2. Заранее узнайте номера телефонов детского сада и в случае болезни ребенка или опоздания не забудьте позвонить в детский сад и предупредить персонал.

3. После болезни следует представлять справку от врача. Отсутствие ребенка более чем 3 дней (включая выходные дни) требует также справки из поликлиники о состоянии здоровья.

4. В шкафчике у ребенка должна быть удобная сменная обувь для группы, комплект сменного белья, колгот, кофт.

5. Никакие медикаментозные средства без разрешения заведующей и мед. сестры детского сада в группу ребенку не даются.

6. Обо всех аллергических реакциях ребенка следует своевременно известить персонал группы и мед. работника.

7. Мелкие игрушки (киндер сюрприз и пр.) в группу давать не разрешается, в соответствии с инструкцией о сохранение жизни и здоровье детей.

8. Организация жизни ребенка в соответствии с режимом дня группы - залог физического и психического здоровья детей.