

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Психологические особенности детей раннего возраста»

В раннем возрасте происходят важнейшие изменения в психическом развитии детей – формируется мышление, активно развивается двигательная сфера, появляются первые устойчивые качества личности.

Важнейшей характеристикой этого возрастного этапа является неустойчивость эмоциональной сферы ребенка. Его эмоции, формируют в это время чувства, отражающие отношение к предметам и людям, ещё не фиксированы и могут быть изменены в соответствии с ситуацией. В связи с этим **предпочтителен мягкий, спокойный стиль общения с ребенком, бережное отношение к любым проявлениям его эмоциональности.**

В раннем возрасте **ведущей деятельностью является предметная**, она оказывает влияние на все сферы психики детей, определяя во многом специфику их общения с окружающими. Происходит развитие восприятия детей, определяемое тремя основными параметрами: рассматривание предметов, ознакомление с сенсорными эталонами, сравнение предметов с ними.

Большое значение для развития личности ребенка раннего возраста имеет общение со взрослым. Родителям надо помнить, что представления о себе, первая самооценка малыша в это время тождественны той оценке, которую дают ему взрослые. Поэтому не следует ребенку постоянно делать замечания, упрекать его, так как **недооценка стараний может привести к неуверенности в себе и снижению желания осуществлять любую деятельность.**

Для малыша очень важно постоянство окружающего мира. Поэтому следует уделять особое внимание **режиму дня ребенка**. Режим дня дома должен соответствовать режиму дня в детском саду.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ДОШКОЛЬНОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ»

Ваш малыш пришёл в детский сад. Для него началась новая жизнь. Чтобы ребёнок вступил в неё радостным, общительным, повзрослевшим, хотя предложить несколько рекомендаций:

- Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если вы уведите, что ребенок что-то делает, начинайте «параллельный разговор» (комментируйте его действия).
- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов.
- Давайте простые, понятные объяснения.
- Спрашивайте у ребёнка: «Что ты делаешь?» На вопрос: «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастет.
- Каждый день читайте малышу.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
- Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.

Радуйтесь вашему малышу!

ПРИЗНАКИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

- ✓ Трудности засыпания и беспокойный сон.
- ✓ Усталость после нагрузки, которая совсем недавно ребёнка не утомляла.
- ✓ Беспричинная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность.
- ✓ Беспокойство, непоседливость.
- ✓ Отсутствие уверенности в себе, которое выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жметя к ним.
- ✓ Проявление упрямства.
- ✓ Постоянно сосет палец, жуёт что-нибудь, слишком жадно, без разбора, ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита).
- ✓ Боязнь контактов, стремление к уединению, отказ участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой комнате, не находя себе занятия).
- ✓ Игра с половыми органами.
- ✓ Подергивание плечами, качание головой, дрожание рук.
- ✓ Снижение массы тела или, напротив, появление симптомов ожирения.
- ✓ Повышенная тревожность.
- ✓ Дневное и ночное недержание мочи, которое ранее не наблюдалось.

Все вышеперечисленные признаки могут говорить о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, только в том случае, если они не наблюдались ранее.

СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА

ОПЯТЬ КАПРИЗЫ!!!

Наверное каждая мама чувствовала хотя бы раз себя неудобно, когда её дитяtko неожиданно заливалось слезами, поднимало крик, а то и начинало биться головой об пол. Как с этим бороться и стоит ли бороться вообще?

Такое явление как детские истерики, характерно для деток от полутора до трех лет. Кому-то из мамочек везет больше, кому-то меньше. У некоторых детей истерики бывают довольно часто. Как правило они отличаются целеустремленным характером и куда более настойчивы в своих желаниях, чем иные мягкие и послушные сверстники. Одни из них быстро раздражаются, но так же быстро затихают. Другие истерику закатывают по всем правилам: визжат, бросают вещи на пол, дрыгают ногами, задыхаются. Между тем, по мнению психологов, краткие приступы даже полезны для разрядки, ведь и маленькому ребёнку не чуждо состояние стресса. А вот частые – чреваты развитием агрессивной эгоистичной личности.

Причины возникновения истерик у детей разные. Ребенок начинает осознавать себя как личность, а в этом возрасте долго ждать удовлетворения своих потребностей ой как трудно. Вторая причина начала истерик заключается в отсутствии налаженной коммуникации, а проще говоря, не все удается объяснить эти глупым родителям. Да и желания двухлетних деток бывают просто невыносимыми. Третьей, не менее важной причиной может быть банальное обезьянничание. Видел у других и самому захотелось

попробовать. Четвертая – шантаж. Кроме того, причиной истерики может быть усталость, голод, страх, болезнь.

Конечно, лучше избегать истерик. Вот несколько советов, как справиться с естественным непослушанием, чтобы оно не переросло в проблему поведения.

1. Старайтесь всегда обращать внимание на хорошее поведение ребенка и хвалить его.

2. Ваши правила должны быть чёткими, простыми и неизменными. Делайте скидку на возраст и уровень умений малыша.

3. Давайте позитивные указания. Жизнь ребенка порой превращается в череду бесконечных запретов. – «Не делай это», «Прекрати», «Не трогай». Со временем эти «нет» и «нельзя» будут влетать в одно ухо и вылетать из другого. Поэтому формулируйте свои указания иначе – говорите ребенку то, что ему следует делать. Почувствуйте разницу: «Не трогай телефон!» или «Возьми лучше куколку!».

4. На разные проявления непослушания у ребенка реагируйте по-разному:

- Перестановка предметов: уберите определенные вещи подальше от ребёнка, чтобы исключить соблазн ими воспользоваться.

- Игнорирование поступка: если действие ребенка не производит никакого впечатления, то он, может быть, и не повторит его. Даже если вам придется вмешаться, вы можете это сделать, не глядя на ребенка и не разговаривая с ним.

- Предложите другое занятие: дав ребёнку позитивное указание, вы можете отвлечь его от проказ и занять чем-то более полезным.

- Твердое «Нет»: резко сказанное «нет» может отвлечь ребенка от того, что он делает или собирается сделать. Не повторяйте «нет» несколько раз – если оно способно подействовать, то подействует сразу.

- Напоминание: дайте ребенку шанс исправиться самостоятельно. Напоминания типа «Что папа только что сказал?» дадут ребёнку возможность подумать ещё раз.

- Лишение удовольствий: этот способ лучше всего помогает с детьми постарше, но его можно применить и тогда, когда не слушается маленький ребенок, но только если лишить его удовольствия сразу.

- Временная изоляция: это значит, что ребёнка ненадолго удаляют.

5. Всегда избегайте:

- споров о правилах;

- криков;

- изменения своего решения;

- наказания типа «зуб за зуб» («Ты ущипнул меня, поэтому я сделаю то же самое»).

6. Объясняйте ребенку, что вам не нравится то, что он делает, но его самого вы любите.

Ну а если истерика началась, что делать?

Общая позиция – как можно меньше обращать внимания. Не потакать капризам.

Никто не устраивает истерику, если нет свидетелей, потому что пропадает смысл. Поэтому, если истерика началась в людном месте и нет возможности отвлечь внимание ребёнка, то следует просто взять и унести его. Наказание, как и объяснение, не подействуют, ребёнок просто не услышит вас. Если находите возможным выполнять требования ребенка, то делайте это потом, якобы без всякой связи.

Ранний возраст недаром называют «нежным», к осложнениям в развитии ребёнка может привести любой эмоциональный стресс. Чтобы обеспечить психологический комфорт малыша – достаточно удовлетворить его потребность в безопасности. Безопасность для ребенка – это постоянный эмоциональный контакт с близкими людьми. Известно, что дети длительное время лишённые эмоционального контакта с близкими останавливаются в

развитии и даже умирают. Именно эмоционально-теплые отношения с родителями оказывают существенное влияние на развитие ребенка, делают его более устойчивым к стрессовым ситуациям, повышают сопротивляемость организма к различным заболеваниям.

Детям раннего возраста передается и незамедлительно отражается озабоченность мамы, они чутко реагируют на семейные ссоры.

Нормальный малыш не просто активен, у него высока потребность в эмоциональном общении. Утомительные приставания малыша раздражают, но не стремитесь из-за этого избегать с ним контактов. За всеми, даже откровенно манипуляторскими выходками ребёнка стоит острая нужда в опыте общения.

Двухгодовалый ребёнок, ощутив недостаток внимания способен пуститься на всякие ухищрения, чтобы вернуть утраченное. Он на опыте узнает, что срабатывает лучше всего: болезнь, капризы, испуг.

Маленький ребенок очень остро реагирует на угрозы взрослого. Подобное поведение родителей может привести к навязчивым страхам, заиканию, тикам и т.д.

Что делать?

- Чаще берите ребёнка на руки, обнимайте его;
- Не позволяйте себе быть несдержанным, повышать голос, наказывать физически;
- Сообщайте вашему ребенку, что он вам важен, нужен, дорог, что он просто любимый;
- Можно осуждать действия ребёнка, но не его самого;
- Установите правила.