Консультация для родителей «Застенчивый ребенок»

Застенчивость является признаком сдержанного темперамента, и если она не мешает жизни ребенка, не следует считать это проблемой. Но в случае, когда застенчивость достигает такого уровня, при котором ребенок испытывает дискомфорт, не может общаться со сверстниками, боится попросить помощи у взрослого, чувствует себя несчастным, тогда стоит задуматься.

Каждый ребенок нуждается в индивидуальном подходе, но особого внимания требуют застенчивые и робкие дети. С этим согласится любой педагог. А что получается на деле? Чаще всего мы" облегчаем себе жизнь". Нужен главный герой для театрализованного действия-выбираем смелого, активного, с хорошей речью ребенка. И так от мероприятия к мероприятию. Не удивительно, что у " востребованных "детей завышается самооценка, возникает пренебрежительное отношение к робким, стеснительным сверстникам, которым по нашей же вине, отведена в детском саду пассивная роль.

Робкому и стеснительному ребенку нужно помочь ощутить себя равным среди сверстников. Застенчивым детям, как правило, свойственны такие качества как исполнительность, ответственность, старательность, у них развито творческое начало. Они могут многим интересоваться и много знать. Но их зачастую игнорируют не только дети более активные сверстники, но и сами педагоги. Можно себе представить, какие чувства дети при этом испытывают! Им как воздух необходимо участие взрослого.

Педагог просто обязан с уважением относиться к каждому ребенку, не забывать ни про кого при распределении ролей в драматизации, выборе ведущего в хороводных, музыкальных играх, индивидуальных исполнениях и показах и т. д. Почувствовав поддержку педагога, робкий ребенок приобретает уверенность в себе, преображается, буквально" расцветает. "

Очень часто причиной чрезмерной застенчивости ребенка являются нарушения речи, которые не могут сказываться на его психике. Таким детям в первую очередь необходима помощь логопеда, психолога, педагогов и родителей (в их тесном взаимодействии).

Сначала нужно выявить причины робости и застенчивости, а затем намечать "маршрут" помощи.

К сожалению, некоторые родители, не осознавая этого, поступают неразумно по отношению к своим детям. Бывает так, что родитель просит поручить своему застенчивому ребенку главную роль на больших праздниках, где, как правило, присутствует большое количество родителей, бабушек, дедушек, т. е. совершенно посторонних для него людей, совсем не задумываясь о том какие чувства при этом будет испытывать их ребенок. Ведь если он плохо справится с порученной этом будет испытывать ребенок. Зачем же ребенку лишние переживания, если ему и без того постоянно приходится преодолевать себя?

Помощь педагогов застенчивому ребенку заключается прежде всего в том, чтобы создать ему психологический комфорт и помочь справится с робостью и волнением.

На занятиях необходимо постепенно вовлекать робкого ребенка в процесс деятельности. Например, попросить разложить на столах, к занятию раздаточный материал, полить комнатные растения т. д., обязательно похвалив его после выполнения работы. Можно предложить при разучивании танца показать новое движение. А можно дать задание дома выучить считалку, маленькое стихотворение к теме занятия, пословицу, поговорку. И когда ребенок, будет произносить небольшие произведения, неизбежно привлечет к себе внимание других детей, они будут его слушать - на несколько минут он станет среди сверстников "главным".

Детям очень нравится играть в кукольный театр. Стеснительному малышу обязательно нужно давать куклу-ведь именно к ней прикованы взгляды зрителей, и ребенок забывая про свою стеснительность, прекрасно справляется со своей ролью. театральная ширма для него- тоже помощница. За ней ,как за каменной стеной ничего не страшно! пусть первый спектакль будет для своих друзей в обстановке группы. Потом можно пригласить малышей из другой группы, а следующий спектакль показать для педагогов- уж они то не поскупятся на похвалую . Аплодисменты, маленькие подарочки артистам- это все повышает самооценку, придает уверенности в себе.

В детском саду ежегодно проходят конкурсы чтецов- в них принимают участие все без исключения дети. Педагог группы, имея представление о речевых возможностях и темпераменте каждого своего подопечного дает для заучивания разные по объему и сложности стихи, застенчивому ребенку он может предложить совсем небольшое стихотворение, но для малыша это будет победа, победа над собой. Так, шаг за шагом, ребенок преодолев стеснение и робость, " выходит" на большую аудиторию, наравне со всеми выступает на праздниках, а получив наконец заветную роль, раскрывает свой творческий потенциал, показывает свое истинное Я, скрытое до сих пор от окружающих.

Нам всем-и родителям, и педагогам-нужно запастись терпением и направить свои совместные действия на развития в ребенке умения общаться, повышения его самооценки, раскрытия его творческих возможностей.

Консультация для родителей «Гиперактивный ребенок»

Если ваш **ребенок** отличается неусидчивостью, то причиной этого, скорее всего, являются расстройства, которые называются **гиперактивностью** .

**Ребенку**, страдающему такими расстройствами, трудно сосредоточиться на чем-либо, спокойно сидеть на месте или выполнять чужие указания.

Чрезмерная активность на фоне нарушений внимания приблизительно в пять раз чаще встречается у мальчиков, чем у девочек.

Никто не может сказать, почему возникают эти расстройства. Некоторые ученые предполагают, что дело здесь в нарушении функций мозга в его лобной части. Вместе с другими отделами мозга эта область отвечает за контроль движений и внимания.

Если вы подозреваете, что у вашего **ребенка** имеются явления повышенной активности вследствие дефицита внимания, обратитесь к врачу. Вы можете узнать, например, что будет достаточно подобрать **ребенку** новую пару очков или назначить другие препараты, чтобы восстановить порядок в семье. Если все-таки будет установлено наличие указанного синдрома, то существуют различные виды лечения, которые помогут вам в данной ситуации.

При воспитании **гиперактивного ребенка** используйте метод поощрения. Мотивация поступков **ребенка** с чрезмерной активностью и неустойчивым вниманием хорошо регулируется системой поощрения. За правильное поведение или выполнение какой-либо задачи **ребенок** может получить вознаграждение. При использовании этих методов следует иметь в виду, что поставленные задачи должны соответствовать возможностям **ребенка**, а вознаграждение должно осуществляться незамедлительно. Если **ребенок** не получает положенного ему вознаграждения в течение трех недель, ему трудно осознать, почему он старался вместо неправильных действий совершить что-то хорошее.

Постарайтесь избегать скандалов. Неусидчивые дети часто отличаются неуравновешенностью. Есть простой способ смягчить эти расстройства. Нужно удалиться куда-нибудь на то время, когда у **ребенка** возникает вспышка гнева. Если **ребенок** пойдет следом за вами в другую комнату, закройтесь в ванной или спальне, так, чтобы он не мог добраться до вас. Когда **ребенок увидит**, что некому наблюдать за его спектаклем, его раздражение быстро пройдет. Таким образом, можно дать понять **ребенку**, что он должен сам успокоиться, и вы увидите, что это в действительности происходит.

Будьте осторожны в отношении критических замечаний. Если даже ваш **ребенок** не слишком хорошо справляется с задачей или ведет себя неидеально, постарайтесь все-таки похвалить его. Так, если на обувание ему понадобится 30 минут, постарайтесь избегать таких выражений,как: *«Посмотри, сколько времени ты тратишь на то, чтобы надеть ботинки!»*Вместо этого попробуйте сказать: «Ну вот, теперь ты, наконец, надел ботинки. Я был уверен, что ты справишься с этим. Но давай посмотрим в следующий раз, сможешь ли ты сделать это немного быстрее». Даже если вы уверены на 200 %, что это достижение является плодом ваших усилий, не забудьте сказать **ребенку**, что он справился с задачей.

Многие неусидчивые дети не имеют правильного представления о времени и скорости. Если вы попросите такого **ребенка** быстро пройти по комнате из одного конца в другой, а потом в обратном направлении медленно, то вряд ли он поймет различие. Здесь на помощь ему могут прийти упражнения по релаксации – глубокое дыхание или йога. Есть специальные игры, которые помогают **ребенку** научиться внимательно слушать и вовремя решать задачи. С помощью этих игр можно научить его действовать не спеша и концентрировать внимание.

Что делать в сложной ситуации?

1. Научиться не придавать *«поступку»* чрезмерного значения, сохранять спокойствие (не путать с показным спокойствием,кода взрослый всем своим видом дает понять: *«давай, давай, мне это безразлично, это твои проблемы»*). Это не означает, что нужно всегда идти на поводу у **ребенка**, не замечать его поступков, потакать ему, не контролировать его действия и не предъявлять к нему никаких требований. Наоборот, необходимы жесткие требования (в пределах возможностей **ребенка**, не меняющиеся в зависимости от ситуации и настроения взрослых. Нужны требовательность плюс спокойствие и доброжелательность. **Ребенок должен осознать**, что требование – это не прихоть взрослого, а отказ – это не демонстрация враждебности, не наказание за поступок или просто ваше невнимание к просьбе.

2. Никогда не наказывать, если проступок совершен впервые, случайно или из-за ошибки взрослых.

3. Не отождествлять проступок *(нарушение поведения)* и **ребенка**. Тактика *«ты плохо себя ведешь – ты плохой»* прочна, она закрывает **ребенку выход из ситуации**, снижает самооценку, создает ситуацию страха. Видимо, поэтому непослушные дети так часто спрашивают **родителей**: *«Ты меня любишь?»*

4. Обязательно объяснить **ребенку**, в чем проступок и почему так себя вести нельзя. Однако, если мама чуть что срывается на крик, а папа всегда готов шлепнуть, вряд ли можно объяснить **ребенку**, что кричать и драться нехорошо.

5. Не стоит злословить по поводу проступка, напоминать (для профилактики, стыдить перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. **Ребенок** может не осознавая этого, ответить тем же. Не стоит удивляться в этих случаях детскому *«ненавижу»* или *«я тебя тоже не люблю»*, *«ты злая»*.

6. Не стоит ставить в пример непослушному **ребенку** хороших братьев и сестер, сверстников, укоряя «есть же нормальные дети, которые не изводят своих **родителей**». **Родители**, которые легко выходят из себя, не умеют держать себя в руках, а значит, не умеют себя вести, – это не очень хороший пример для детей.

Жестокое обращение как вариант отрицательного реагирования или негативного подстегивания менее эффективно, чем так называемое положительное подкрепление.

Рекомендации для **родителей гиперактивного ребенка**

Необходимо изменение поведения взрослого и его отношения к **ребенку**:

• Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании.

• Стройте взаимоотношения с **ребенком** на доверии и взаимопонимании.

• Контролируйте поведение **ребенка**, не навязывая ему жестких правил.

• Не давайте ему категорических указаний, избегайте слов *«нет»* и *«нельзя»*.

• Реагируйте на действия **ребенка** неожиданным способом (пошутите, повторите его действия, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного).

• Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз.

• Не настаивайте на том, чтобы **ребенок** обязательно принес извинения за проступок.

• Выслушивайте то, что хочет сказать **ребенок**.

• Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.

Необходимо изменение микроклимата в семье:

• Уделяйте **ребенку достаточно внимания**.

• Проводите досуг всей семьей.

• Не допускайте ссор в присутствии **ребенка**.

Необходима организация режима дня и места для занятий:

• Установите четкий распорядок дня для **ребенка и всех членов семьи**.

• Чаще показывайте **ребенку**, как выполнить задание, не отвлекаясь.

• Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения **ребенком заданий**.

• Оградите **ребенка** от длительных просмотров телевизионных передач, занятий на компьютере.

• Избегайте по возможности больших скоплений людей.

• Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию **гиперактивности**.

Необходима специальная поведенческая программа:

• Придумайте гибкую систему вознаграждений *(за хорошо выполненное задание)* и наказаний (за плохое поведение, используя знаковые обозначения или дневник самоконтроля.

• Не прибегайте к физическому наказанию! Целесообразнее использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения проступка.

• Чаще хвалите **ребенка**. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому **ребенок** не воспринимает выговоры и наказания, однако чувствителен к поощрениям.

• Составьте список обязанностей **ребенка** и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ.

• Постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с **ребенком**.

• Не давайте **ребенку поручений**, не соответствующих уровню его развития, возрасту и способностям.

• Не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время

• Помогайте **ребенку** приступить к выполнению задания, т. к. это самый трудный этап.

• Не давайте сразу несколько заданий, задание не должно иметь сложную **конструкцию** и состоять из нескольких звеньев.

• Объясните ребёнку его проблемы и научите с ними справляться.

• Помните, что вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными. Наиболее действенными будут средства убеждения *«через тело»*:

– лишение удовольствия, лакомства, привилегий;

– запрет на приятную деятельность;

– прием *«выключенного времени»* *(скамья штрафников)*;

– внеочередное дежурство по кухне и т. п.

• Помните, что вслед за понесенным наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление *(поощрение желательного поведения и игнорирование нежелательного)*.

• Помните, что синдром дефицита внимания с **гиперактивностью – это патология**, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции *(медико-психолого-педагогической)*. Успешная реабилитация возможна, если она проводится в возрасте 5–10 лет.