

На страницах нашей газеты мы будем делиться с вами информацией о воспитании детей: о родительских установках и реакциях, конструктивных формах общения с детьми и решении конфликтов.

А также будем говорить об особенностях развития ребенка и обучения, адаптации, и просто о том, как быть счастливым человеком. Мы надеемся, что вы станете нашими постоянными читателями.



Ин

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ

Почему дети такие разные? Одни бойкие и активные, другие – тихие и застенчивые. Ответить на этот вопрос не так просто. Индивидуальные особенности детей определяются многими факторами. То, каким будет ребенок, зависит от врожденных особенностей – темперамента, типа нервной системы, физического здоровья; от условий жизни; от того, каких принципов воспитания придерживаются родители.



ВАЖНО ПОМНИТЬ О ТОМ, ЧТО НЕ СЛЕДУЕТ:

- ✚ Навешивать на ребенка «ярлыки» - «копуша», «застенчивый», «злой» и т.д.
- ✚ Пытаться изменить ребенка, сделать его таким, как вам хочется. Если ребенок родился медлительным, то вряд ли он станет активным и быстрым.
- ✚ Сравнивать ребенка с другими детьми. Кричать на ребенка, наказывать его за то, в чем он не виноват.

ВАЖНО ПОМНИТЬ О ТОМ, ЧТО СЛЕДУЕТ:

- ✚ Принимать ребенка таким, какой он есть.
- ✚ Оказывать ребенку поддержку, помогая преодолевать трудности.
- ✚ Быть последовательным в воспитании ребенка, твердо осознавать, что вы разрешаете ребенку делать, а что запрещаете.
- ✚ Быть внимательным к нуждам и потребностям ребенка.
- ✚ Осознавать, что со временем ребенок меняется и на каждом возрастном этапе ему могут быть присущи определенные особенности.

РОДИТЕЛИ МОГУТ ПОМОГАТЬ РЕБЕНКУ РАСТИ, ОЩУЩАТЬ СЕБЯ НУЖНЫМИ, ПОНИМАЯ И УЧИТЫВАЯ ЗАКОНОМЕРНОСТИ ЕГО РАЗВИТИЯ И БЕРЕЖНО ОТНОСЯСЬ К ЕГО ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ.

ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК

Тревога может проявляться у детей ситуативно (например, если предстоят или происходят какие-то важные перемены). Как правило, она связана с будущим, на которое дети или их родители смотрят сквозь призму негативных ожиданий. Ситуативная тревога естественна и свойственна многим людям. Но если ребенок тревожится часто, если это состояние становится устойчивым, то можно говорить о потенциальной возможности формирования у него тревожного характера.



ПРИЗНАКИ ПОВЫШЕННОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ:

Суетливость, повторяющиеся мелкие движения (кручение волос, обгрызание ногтей, покачивание ногами и т.п.) или, напротив, мышечное напряжение, скованность; желание много говорить или, наоборот, напряженное молчание; трудности засыпания, сильное беспокойство перед началом важной или новой для ребенка деятельности; боязнь любых, даже незначительных, перемен; неуверенность в себе, отказ от новой деятельности («Я не смогу»), страх перед ситуацией оценивания.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ:

В семье принят непоследовательный тип воспитания; вам также свойственно тревожное поведение, вы не уверены в себе, живете в ожидании негативных событий и последствий; вы требуете от себя и от ребенка безупречности, идеальности, совершенства (завышенные требования); ребенок пережил психологически травмирующее событие и т.п.



РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ЗНАТЬ, ЧТО:

- ✚ Тревожных детей следует больше поддерживать, обращать внимание на их ресурсы и качества, позволяющие им справляться с теми задачами, которые ставит перед ними жизнь.
- ✚ Ребенок должен не только понимать, но и постоянно убеждаться на собственном опыте, что вы его любите, и будете любить вне зависимости от его достижений.
- ✚ Если вы и члены вашей семьи смотрите на жизнь позитивно и уверенно: «Мы справимся со всем, что ни пошлет нам жизнь», то это послание непременно будет воспринято вашим ребенком, и он также вырастет в ощущении, что он - хорош и мир вокруг интересный и разный.

МЕДЛИТЕЛЬНЫЙ РЕБЕНОК

Медлительные дети отличаются не только медлительностью двигательных реакций — у них замедленно и протекает умственная деятельность: они должны собраться с мыслями, прежде чем ответить на вопрос или выполнят задание. Недостаточная подвижность проявляется и в речи детей: они «тянут» слова, делают ненужные паузы между ними. Еще одна особенность медлительных детей — трудность переключения на новый вид деятельности. Такие дети склонны к стереотипным действиям, поступкам по определенным шаблонам и правилам — например, предпочитают ходить одной и той же дорогой, играть в привычные игры, уклоняясь от новых.

Причины медлительности детей лежат в своеобразии функционирования центральной нервной системы и связаны с низкой подвижностью нервных процессов. Присущая каждому ребенку скорость двигательных реакций и психической деятельности, то есть его личный темп, определяется в основном врожденными особенностями, типом его нервной системы.



РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО ЗНАТЬ:

- ✦ Ребенок «копается» не назло вам, а просто он иначе не может (это свойство его нервной системы). Постарайтесь общаться с ним без понуканий и упреков, разговаривать спокойно. Ровный тон и доброжелательное обращение гораздо эффективнее, чем крик и наказание.
- ✦ Торопить и подгонять ребенка не только бесполезно, но и вредно: он затормаживается еще больше. Не следует проявлять спешку и нервничать, делая что-либо вместе с ребенком. Спешка вызовет еще большее замедление реакции.
- ✦ Важно соблюдать четкий режим дня. Медлительному ребенку легче приспособиться к определенному порядку повседневных дел. Это вырабатывает у него жизненные стереотипы (когда есть, когда спать, когда заниматься и т.п.).
- ✦ Необходимо тренировать, целенаправленно развивать функции нервной системы с помощью специальных игр и упражнений. Любое задание на быстрое выполнение какого-то действия надо давать на позитивном эмоциональном фоне, а хорошее настроение у детей легче всего создается в игре.
- ✦ Помните, что общение и воспитание медлительных детей требует от родителей большого терпения, чувства юмора и фантазии.



УТОМЛЯЕМЫЙ, ИСТОЩАЕМЫЙ РЕБЕНОК



Таких детей часто называют пассивными, ленивыми, болезненными. Но в этом очень мало правды, потому что психика такого ребенка вовсе не расслаблена, а наоборот, перегружена, в ней идет колоссальная работа. Быстрая физическая утомляемость - защита, способ перегруженной психики дать знак о потребности в уединении и отдыхе.

Истощаемость - следствие бурных и непрерывных психических процессов, идущих, как правило, глубоко внутри. У таких детей тонкая и чрезвычайно восприимчивая душевная организация.

ПРИЧИНЫ ПОВЫШЕННОЙ УТОМЛЯЕМОСТИ ДЕТЕЙ:

Это прежде всего особенности нервной системы и темперамента, кроме того легко утомляются дети, ослабленные физически. У чувствительных, восприимчивых детей много энергии уходит на переработку сигналов из окружающего мира, поэтому другие дети просто их не воспринимают. Поэтому истощаемые дети легко переутомляются, могут часто болеть, им труднее справляться с нагрузками.

Усугубить состояние детей могут такие факторы, как высокие требования к ребенку, предъявляемые взрослыми; невыраженные чувства (сильный гнев, страх, стыд, обида); проблемы в семье – алкоголизм одного из родителей, непоследовательное поведение взрослых и т.п.

РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ, СКЛОННЫХ К УТОМЛЯЕМОСТИ И ИСТОЩЕНИЮ, ВАЖНО ЗНАТЬ:



✚ Такие дети быстро переполняются впечатлениями и в результате могут перевозбудиться, начать капризничать. Они с трудом засыпают, если их вовремя не уложить спать. Следует по возможности создавать для них спокойную обстановку. Очень важно следить за режимом.

✚ Важно, чтобы ребенок как можно меньше был связан с транспортом, больше гулял, проводил время с домашними животными, если он к ним привязан.

✚ Таким детям очень полезны массаж, занятия с водой, тишина.

✚ Им совершенно необходимо добровольное одиночество и возможность иметь свою территорию.

✚ Такой ребенок может бурно переживать события, кажущиеся взрослым незначительными. Важно принять всерьез и разделить переживания ребенка, это позволит ему воспринять происходящее событие с меньшими энергетическими потерями.

✚ Таким детям, как правило, требуется больше времени на сон и отдых. Они хорошо отдыхают в уединении, на природе, на свежем воздухе.

✚ Им необходима поддержка. У них чаще всего занижена самооценка, важно поменьше критиковать и оценивать такого ребенка - он и так является строгим судьей самому себе.

Полезная информация

Если вы видите, что ребёнок постоянно остаётся без присмотра родителей, голоден, одет не по сезону, видны следы побоев, не оставайтесь равнодушными, сообщите об этом по телефону доверия:



8-800-2000-122

Уполномоченный по правам ребенка в Иркутской области:

8 (3952) 24-18-45

Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области:

8 (3952) 25-33- 07

Отделение службы экстренной психологической помощи по Иркутской области:

8 (3952) 32-48-90,

8-800-350-40-50 (круглосуточно).

**Следственное управление Следственного комитета по Иркутской области
дежурная часть**

8 (3952) 26-18-00

Служба Межведомственного взаимодействия

8 (3952) 22-93-28

КДН (комиссия по делам несовершеннолетних)

8 (3952) 71-80-19, 71-80-17

Электронная газета

Интерактивное образование родителей

*Выпуск 8
Март, 2020 г.*

***Государственное автономное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»,
г. Иркутск, ул. Пискунова, 42
т.8(3952) 700-940, 700-037***