

<p>Ψ КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА</p> <p>Как лучше понимать своего ребёнка? Как научиться не критиковать его, а помочь? Как уберечь его от стрессов?</p> <p><i>На эти вопросы отвечают психологи Татьяна Анатольевна Синяева и Наталья Валерьевна Бирюля, гимназия № 41, г. Люберцы.</i></p>
<p>Советы взрослым от имени ребёнка</p> <ol style="list-style-type: none">1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что необязательно предоставлять мне всё, что я прошу. Я просто испытываю вас.2. Не бойтесь быть твёрдым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить своё место.3. Не полагайтесь на силу в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.4. Не давайте обещаний, которых вы не можете исполнить. Это ослабит мою веру в вас.5. Не расстраивайтесь слишком сильно, когда я говорю: «Я вас ненавижу». Я не это имею в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что обидели меня. <p>Имейте это в виду, и мы будем лучше понимать друг друга!</p> <ul style="list-style-type: none">• Никогда не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это даёт мне ощущение тщетности в попытках сравниться с вами.• Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.• Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».• В разгар конфликта мой слух притупляется, и у меня нет возможности сотрудничать с вами. Лучше поговорить позднее.• Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.• Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки — смертельный грех. Мне надо научиться, делая ошибки, не ощущать при этом, что я ни на что не годен.• Не придирайтесь и не ворчите. Иначе я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.• Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращусь в лжеца.• Не пытайтесь от меня отделиться, когда я задаю откровенные вопросы. Иначе я вообще перестану задавать вопросы, и буду искать ответы на них на улице. <p>Запомните:</p> <p>Если ребёнка часто критикуют — он учится осуждать.</p> <p>Если ребёнку часто демонстрируют враждебность — он учится драться.</p> <p>Если ребёнка часто высмеивают — он учится быть робким.</p> <p>Если ребёнка часто позорят — он учится чувствовать себя виноватым.</p>

После завершения курса целесообразно провести итоговые классные собрания и общешкольное родительское собрание, на которых представить обобщённые материалы мониторинга о результатах освоения учащимися курса, эффектах его реализации, в том числе о проявившихся достоинствах и недостатках программы курса, методического обеспечения, планах совершенствования.

Родители должны стать не только адресатом информации, полученной в ходе мониторинга, но были обязательно включены в сам мониторинг. Для этого целесообразно проводить опросы родителей в процессе реализации курса и по завершении.

Целесообразно использовать формы *общественного наблюдения и контроля*: открытые уроки, общественную экспертизу учебно-методических материалов, дни родительского контроля и др.

Полезно ознакомить родителей с результатами выполнения учащимися практических и творческих работ: индивидуально или в виде общей презентации.

Управляющий совет школы может принять решение о проведении внешней экспертизы результатов реализации курса.

Апробация механизма взаимодействия школы с родителями имеет значение, выходящее за рамки курса. Это принципиально важная для российской школы возможность отработать на практике модель выявления и оформления общественного заказа, его интеграции с государственным заказом в рамках образовательной программы школы.

Заместитель министра образования и науки Российской Федерации Исаак Калина отмечает: «Учебный курс по основам религиозных культур и светской этики закладывает основу новых отношений между школой и обществом. Формируются новые механизмы влияния общества на определение содержания школьного образования, форм его организации и школьную жизнь в целом». **НО**

Ψ КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

Если вы хотите привить ребёнку чувство ответственности, тогда НЕ следует:

- Излишне баловать его/её.
- Позволять бездарно и бессмысленно проводить время.
- Всё делать за ребёнка, демонстрируя неверие в его силу.
- Не замечать и критиковать ребёнка.
- Незаслуженно хвалить.
- Забывать о том, что свободу ребёнка следует разумно ограничивать.
- Читать ребёнку нотации.
- Требовать от ребёнка совершенства.
- Относиться к ребёнку, как к продолжению самого себя.
- Навязывать ребёнку то, чего сами недополучили в детстве.
- Безотчётно поддаваться желанию «поступать от противного».
- Устанавливать правила на ходу.
- Менять свои требования, когда речь идёт о соблюдении основных семейных правил.
- Стыдить ребёнка.
- Злоупотреблять властью, подавляя личность ребёнка.
- Делать так, чтобы ребёнок постоянно чувствовал себя виноватым.
- Ругать и оскорблять ребёнка.
- Слишком сурово наказывать.
- Чрезмерно опекать ребёнка или потакать ему.
- Переоценивать или недооценивать способности ребёнка.
- Ухаживать за ребёнком, как за беспомощным.
- Оценивать ребёнка как «хорошего» или «плохого».
- Говорить ребёнку обидные слова.
- Громко ссориться и скандалить.

Запомните:

1. Если ребёнка часто подбадривают — он учится уверенности в себе.
2. Если с ребёнком обычно честны — он учится справедливости.
3. Если ребёнок живёт с чувством безопасности — он учится верить.
4. Если ребёнка часто одобряют — он учится хорошо относиться к себе.
5. Если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным — он учится находить в этом мире любовь.
6. Если к ребёнку часто бывают снисходительны — он учится быть терпеливым.
7. Если ребёнка часто хвалят — он учится оценивать.
8. Детей учит то, что их окружает!!!

7. Пластичность (умение оперировать моделью, степень учёта моделью личностных модификаций в границах заданного модуля, возможность вбирания в себя новых фактов и в зависимости от этого частичная реконструкция модели в пределах заданного модуля).

8. Инвариантность (сохранение в модели устойчивого ядра, препятствующего размытию модели и неподдающегося преобразованиям в рамках заданного модуля).

9. Спонтанность (порождение моделью новых проблем и вопросов, новой информации, решений, актуально заложенных в модели).

10. Лаконичность (модель отражена в удобных для понимания формах: портрет, рисунок, тезисы, таблица, диаграмма, символический знак и т.д.).

11. Диалогичность (ребята, понимая друг друга, в свободной форме ведут диалог, используя сконструированную модель).

12. Органичность (все структурные единицы модели приведены в гармоничное единство, всё лишнее, незадействованное в модели, отбрасывается или учитывается в следующей модели).

13. Жизненность (объяснение с помощью модели достаточного количества реальных фактов и проблем).

Итак, для формирования целостной этической культуры школьников необходим как потенциал общеобразовательных уроков, так и этических занятий. В основе этических занятий лежат общечеловеческие ценности, позволяющие находить общий язык участникам диалога, нациям и культурам. Этические занятия в ходе нравственного воспитания выполняют интегрирующую и направляющую роль, привлекая тот жизненный опыт, который ученики получают как в стенах школы, так и вне её. **НО**

Ψ КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

Стресс в детском возрасте

А разве детство не является беззаботным?

Стресс может сопровождать первые шаги ребёнка, его первый день в детском саду и школе, возникнуть в процессе учебной деятельности, в результате развода родителей или семейных ситуаций, при общении со сверстниками и педагогами, а также в период полового развития.

Разберитесь в причинах стресса.

Поймите, что с ним происходит, и попробуйте увидеть ситуацию с их точки зрения.

1. Дайте ребёнку возможность всё объяснить. Дети нуждаются в том, чтобы выговориться (хорошо перед отходом ко сну попросить рассказать о том, что его/её беспокоит). Сидите и молчите, просто слушайте, что говорит ребёнок — это предпосылка к выражению им своих чувств.
2. Приготовьте ребёнка к неожиданностям. Вам следует ознакомить детей с тем, что им предстоит. Если ребёнок начнёт сталкиваться с неожиданностями, уровень его обеспокоенности и страха возрастёт.
3. Объясните, когда что-то случится. Маленькие дети не разбираются во времени. Объясняйте ему такими словами, которые понятны ребёнку. Например, если мама в командировке, скажите «мама вернётся через три сна».
4. Одним из главных факторов, вызывающих стресс в жизни ребёнка, могут быть завышенные ожидания родителей. Не требуйте от ребёнка только отличного поведения и высоких оценок.
5. Поделитесь с детьми воспоминаниями о своём опыте, объясните, как вы справились со стрессом. Это сделает нормальными его собственные переживания.
6. Продемонстрируйте свой метод контроля над стрессом.
7. Протяните руку помощи. Для малышей — в буквальном смысле слова, детям постарше скажите: «Я знаю, что у тебя возникли трудности, но я не сомневаюсь, что ты сумеешь все уладить. Если я понадоблюсь тебе, я всегда буду рядом».

Запомните:

Дети, испытывающие стресс, реагируют на него по-разному. Некоторые могут вернуться к младенческому поведению (держат во рту палец, грызть ногти, мочиться в постели). Дети постарше демонстрируют признаки депрессии, становятся молчаливыми и замкнутыми, избегают друзей. А другие проявляют стресс в — приступах раздражения или вспышках ярости, теряя контроль над собой.

нальным произволом, то есть именно руководитель определяет цели воспитательной работы с классом, планирует, организует и анализирует сделанное. С точки зрения хрестоматийных правил к планированию следует привлекать учащихся, учитывать традиции школы. Но в реальности дело обстоит иначе. Другая сторона социально-профессионального произвола выливается в социально-профессиональное одиночество классного руководителя, так как всё, что он делает по управлению воспитательной работой, осуществляется им фактически без согласования, и никто не видит своей ответственности, своего участия.

Для обозначения альтернативной сегодняшнему положению вещей схемы отношений можно воспользоваться замечательной идеей, придуманной Андреем Рудольфовичем Лопатиным — «Педагогика встречных усилий».

Идея встречных усилий иллюстрирует ситуацию, когда для улучшения положения дел в школьном воспитании необходимы усилия — напряжение силы (физической, душевной, умственной). Именно здесь возникает проблема мотивов усилия, как бы ни оценивали педагоги и родители сложившееся положение вещей, они с ним смирились, существуют автоматически, подавляя в себе внутреннее несогласие с установившимся порядком, поэтому усилие нужно даже в том, чтобы отказаться от стереотипов.

Кроме того, усилия должны быть встречные не только потому, что только объединившись родители и педагоги могут повлиять на обстоятельства взросления детей. Встречность усилий важна прежде всего в процессе движения *навстречу*, чтобы все участники ситуации (в идеале, ещё и дети, и администрация школы, и общественность) видели, что в стремлении к объединению усилия прилагают не только они.