

## ***Памятки для родителей***

Актуальной проблемой школьного образования остается вовлечение родителей в совместную деятельность по обучению и воспитанию детей. Успешность ребенка в школе во многом зависит от того, насколько родители хотят, стремятся, могут помочь ребенку, поддержать его. А кто научит этому родителей? Конечно, школьный психолог, классный руководитель, завуч. Одним из эффективных приемов работы с родителями являются памятки, знакомящие пап и мам наших учеников с принципами воспитания, с основами взаимоотношений в семье между взрослыми и детьми. Наличие таких памяток позволяет построить беседу педагога с родителем по определенной проблеме, выбрать нужное направление в работе с конкретной семьей, дать родителям мини-пособие по проблемам воспитания и обучения.

### **Принципы отношений родителей с детьми**

Я хочу, чтобы меня любили. Поэтому я буду открыт моим детям.

Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства. Поэтому я буду с удовольствием учиться у детей.

Я лучше всего усваиваю знания, полученные в результате собственных усилий. Поэтому я объединю свои усилия с усилиями ребенка.

Я люблю, чтобы меня принимали таким, каков я есть. Поэтому я буду стремиться сопереживать ребенку и ценить его.

Я - единственный, кто может прожить мою жизнь. Поэтому я не буду стремиться к тому, чтобы управлять жизнью ребенка.

Я черпаю надежду и волю к жизни внутри себя. Поэтому я буду признавать и подтверждать чувство самостоятельности ребенка.

Я чувствую страх, когда я беззащитен. Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.

Я не могу полностью оградить ребенка от страха, боли, разочарования и стрессов. Поэтому я буду стараться смягчать удары.

### **Родителям первоклассника**

Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.

Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.

Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.

Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.

Забудьте фразу "Что ты сегодня получил?". Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.

Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладываете на потом, это не займет много времени.

Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию. После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо МО учителей 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).

Во время приготовления уроков не сидите "над душой". Дайте возможность ребенку работать самому.

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.

Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.

Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!

Даже совсем "большие" дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.

## **Правила общения**

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.

Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были.

Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие его.

Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.

Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий. Сохраняйте дружелюбный тон!

### **Как поддержать самооценку ребенка**

- Безусловно принимайте ребенка.
- Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
- Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)
- Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.
- Помогайте, когда он просит.
- Поддерживайте каждый успех.
- Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку. Конструктивно решайте конфликты.
- Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова. Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

### **Как научить детей общаться**

Счастье очень во многом зависит от умения ладить с другими людьми. Поэтому одна из главных задач родителей - помочь детям в развитии социальных навыков.

Вам просто необходимо учителя научить своего ребенка устанавливать хорошие взаимоотношения с другими людьми.

*Социальный успех определяется рядом условий:*

**Личная привлекательность.** Важно объяснить как можно раньше ребенку, что человеческая привлекательность - это гораздо больше, чем природная красота. Даже самые некрасивые люди могут стать более привлекательными с помощью простых средств: аккуратность и чистоплотность, хорошие манеры, овладение каким-либо умением.

**Навыки общения.** Как можно чаще разговаривайте с детьми. Если дети в таких беседах научатся выражать свои мысли и чувства, обсуждать самые разнообразные вопросы, для них не составят труда непринужденные разговоры с другими людьми. Одно из важнейших условий для развития у ребенка навыков межличностного общения - обширная и многообразная практика.

**Помогите ребенку стать хорошим другом.** Ваш ребенок должен быть чутким, порядочным и отзывчивым, уметь дарить любовь и теплоту, быть надежным другом, уметь откликаться на чужую беду.

**В детстве важнейшим состоянием ребенка является ощущение своей защищенности.** Для этого родители должны помочь ему вырабатывать положительную самооценку.

**Верьте в своих детей.** Цените их, постарайтесь оказывать гостеприимство людям, которых ваши дети выбрали в друзья, даже если вы не одобряете их выбор.

### **Как помочь детям с нарушениями в общении**

**Агрессивный ребенок.** Попробуйте понять, что стоит за агрессивным поведением. Существует разница между агрессивностью и самоутверждением. Очень важно донести эту разницу до детей. Научите детей вежливо просить то, что они хотят, цените их мнение. Покажите им, как получить желаемое, не расстраивая других. Научите детей управлять своими чувствами и адекватно выражать свои переживания.

**Лживый ребенок.** Многие дети лгут, чтобы избежать себя от осуждения и критики. Помогите детям усвоить, что можно говорить правду, не опасаясь последствий. Они должны быть уверены, что родители рассеют их страхи, растолкуют ошибочность их представлений и помогут им преодолеть все это.

**Вызывающее поведение ребенка.** Обратите внимание на свое поведение. Сколько из того, что вы говорите, относится непосредственно к делам? Может быть, вы просто ворчите, придираетесь, выкрикиваете команды? Позвольте вашему ребенку действовать самостоятельно там, где это возможно. Дети должны понять, что, когда друг к другу относятся с

уважением, сотрудничество лучше, чем противостояние.

**Драчливый ребенок.** Объясните детям, что для решения их проблем есть и другие пути. Покажите им мирные способы разрешения конфликтов.

**Застенчивые дети.** Поговорите с вашими детьми и постарайтесь проникнуть в их внутренний мир, чтобы выяснить, не является ли стеснительность проблемой для них. Спросите, как вы можете им помочь чувствовать себя более удобно в обществе других людей. Не пытайтесь втянуть детей в ситуации, к которым они не готовы. Помогите им, делая маленькие шаги, преодолевать свою застенчивость. Не позволяйте детям из-за стеснительности отказываться от выполнения необходимых дел.

**Истерические проявления.** Один из лучших способов реакции на вспышки раздражения - просто не обращать на них внимания, стойте спокойно и ждите, пока не пройдет. В спокойном состоянии научите ребенка другим образом справляться со своими чувствами - выражать чувства словами. Дети должны уяснить, что вспышками раздражения они не добьются желаемого, что существуют другие, более пригодные пути.

**Надоедливые дети.** Дети, которые требуют постоянного внимания, часто неуверенны в себе. Договоритесь об особом времени, когда вы можете побыть вдвоем, дайте ему понять, что вы его любите и верите в то, что он может выполнять работу самостоятельно. Объясните детям, что ваше время принадлежит не только им. Научите их уважать чужие чувства и желания.

**Непослушные дети.** Научите детей самодисциплине, ответственности, сотрудничеству, умению решать проблемы, уважению к себе и другим.

### **Психотерапия неуспеваемости**

**Правило первое:** не бей лежачего. "Двойка" - достаточное наказание, и не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки. Оценку своих знаний ребенок уже получил, и дома от своих родителей он ждет спокойной помощи, а не новых попреков.

**Правило второе:** не более одного недостатка в минуту. Чтобы избавить ребенка от недостатков, замечайте не более одного в минуту. Знайте меру. Иначе ваш ребенок просто "отключится", перестанет реагировать на такие речи, станет нечувствителен к вашим оценкам. Конечно, это очень трудно, но по возможности выберите из множества недостатков ребенка тот, который сейчас для вас особенно непереносим, который вы хотите ликвидировать в первую очередь, и говорите только о нем. Остальное же будет преодолено позже либо просто окажется несущественным.

**Правило третье:** за двумя зайцами погонишься... Посоветуйтесь с ребенком и начните с ликвидации тех учебных трудностей, которые наиболее значимы для него самого. Здесь вы скорее встретите понимание и единомыслие. Если вас обоих беспокоит прежде всего скорость чтения, не требуйте от ребенка одновременно и выразительности, и пересказа.

**Правило четвертое:** хвалить - исполнителя, критиковать - исполнение. Оценка должна иметь точный адрес. Ребенок обычно считает, что оценивают всю его личность. В ваших силах помочь ему отделить оценку его личности от оценки его работы. Адресовать к личности надо похвалу. Положительная оценка должна относиться к человеку, который стал чуточку более знающим и умелым. Если благодаря такой вашей похвале, ребенок начнет уважать себя за эти качества, то вы заложите еще одно важнейшее основание желая учиться. Но при такой персональной похвале критика должна быть возможно более безличной: "Такие задачи надо решать не в одно действие, а в два". Эта форма отрицательных оценок стимулирует исправление ошибок, но не сказывается отрицательно на отношении ребенка к знаниям, его вере в успех.

**Правило пятое:** оценка должна сравнивать сегодняшние успехи ребенка с его собственными вчерашними неудачами. Не надо сравнивать достижения ребенка с государственными нормами оценивания или с успехами соседского Саши. Ведь даже самый малый успех ребенка - это реальный успех, победа над собой, и она должна быть замечена и оценена по заслугам.

**Правило шестое:** не скупитесь на похвалу. Нет такого двоечника, которого не за что было бы похвалить. Выделите из потока неудач крошечный островок, соломинку успеха, и у ребенка возникнет плацдарм, с которого можно вести наступление на незнание и неумение. Ведь родительские: "Не сделал, не старался, не учил" порождают эхо: "Не хочу, не могу, не буду!"

**Правило седьмое:** техника оценочной безопасности. Оценивать детский труд надо очень подробно, дифференцированно. Здесь не годится глобальная оценка, в которой соединены плоды очень разных усилий ребенка - и правильность вычислений, и умение решать задачи определенного типа, и грамотность записи, и внешний вид работы. При дифференцированной оценке у ребенка нет ни иллюзии полного успеха, ни ощущения полной неудачи. Возникает самая деловая мотивация учения: "Еще не знаю, но могу и хочу знать".

**Правило восьмое:** ставьте перед ребенком предельно конкретные и реальные цели. Тогда он попытается их достигнуть. Не искушайте ребенка невыполнимыми целями, не толкайте его на путь заведомого вранья. Если он сделал в диктанте девять ошибок, не берите с него обещания постараться в следующий раз написать без ошибок. Договоритесь, что их будет не более

семи, и радуйтесь вместе с ребенком, если это будет достигнуто.

**Правило девятое:** ребенок должен быть не объектом, а соучастником оценки.

Ребенка следует учить самостоятельно оценивать свои достижения. Умение себя оценивать является необходимым компонентом умения учиться - главным средством преодоления учебных трудностей. Приучение к самооценке начните с ее дифференциации. Самооценка ребенка, воспитанного на принципах безболезненного (дифференцированного) оценивания, сделает его относительно защищенным от сурового несовершенства школьной отметочной системы. Отдельной отметки заслуживает красота, скорость выполнения, ошибки на "невнимание" и ошибки "на правила" и то, что ребенок сел за уроки вовремя и без напоминаний.

**Правило десятое:** оценка должна выражаться в каких-либо зримых знаках. Очень важно, чтобы оценка выражалась не только на словах, но была материализована в каких-либо зримых знаках. Для этого используйте "линеечки", графики, таблицы и т. д., которые помогут наглядно сравнить вчерашние и сегодняшние достижения ребенка.

### **Рекомендации родителям по подготовке домашних заданий**

1. Особую важность имеет твердо установленное время начала занятий. Благодаря этому вырабатывается привычка, к назначенному часу появляется психологическая готовность и предрасположение к умственной работе, даже теряется интерес к игре, прогулке. При установке часа начала занятий необходимо МО учителей определить разумное соотношение времени, отводимого на уроки, прогулки, домашние обязанности, чтобы одно не шло в ущерб другому.
2. Необходимо учителям постоянное место для занятий, где все необходимые предметы находятся под рукой. Так вырабатывается привычка к внутренней мобилизации с момента начала занятий и до тех пор, пока не выработалось умение управлять своим поведением, рабочее место должно быть только местом для занятий (ни игр, ни картинок, ни игрушек, ни посторонних книг, ни цветных карандашей и фломастеров, если они не нужны для текущей работы). Если нет возможности выделить постоянное отдельное место, то в определенный час должно быть безусловно выделено, освобождено место для занятий.
3. Важное правило - начинать работу немедленно. Чем дольше оттягивается начало работы, тем большее усилие потребуется, чтобы заставить себя приступить к ней. У человека, который систематически начинает работу без промедления, период "втягивания" в работу короткий, дело идет быстрее и

эффективнее, а учеба становится источником не только напряженного труда, но и источником удовлетворения.

4. Необходимо учителям наличие перерывов в работе. Нужны единство школьного и домашнего учебного режима, профилактика перегрузок.

5. Работа должна идти в хорошем темпе - от 1 часа во втором классе до 4-5 часов у старшеклассников.

6. Нельзя, чтобы у школьника не было других обязанностей, кроме учебы: человек, который в течение дня должен сделать много дел, привыкает ценить время, планировать работу, приступать к ней без проволочек.

Приучение ребенка к правильному режиму должно сочетаться с вашей самодисциплиной, уважением к ребенку, доброжелательностью, заинтересованностью, разумной требовательностью.

### **Родителям о наказаниях**

Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас. Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример. Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.

Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

Если вы шлепаете ребенка "под горячую руку", это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.

Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение. Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его.

Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.

У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть, - как сразу возникнет конфликт. Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.

Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами. Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.



## Чем заменить наказания?

**Терпением.** Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей. Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

**Отвлечением.** Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется. Неторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.

**Наградами.** В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

## Как привить интерес к чтению?

Пусть дети видят, как вы сами читаете с удовольствием: цитируйте, смейтесь, заучивайте отрывки, делитесь прочитанным и т.п. По очереди читайте друг другу рассказы или смешные истории. Развлекайте себя сами вместо того, чтобы смотреть телевизор. Поощряйте дружбу ребенка с детьми, которые любят читать.

Показывайте, что вы цените чтение: покупайте книги, дарите их сами и получайте в качестве подарков.

Пусть дети сами выбирают себе книги и журналы (в библиотеке, книжном магазине и т.п.). Почаще спрашивайте мнение детей о книгах, которые они читают.

Поощряйте чтение любых материалов периодической печати: даже гороскопов, комиксов, обзоров телесериалов - пусть дети больше читают. На видном месте дома повесьте список, где будет отражен прогресс ребенка в чтении (сколько книг прочитано и за какой срок).

*В доме должна быть детская библиотечка.*

Выделите дома специальное место для чтения (укромный уголок с полками и т.п.). Разгадывайте с детьми кроссворды и дарите их им.

Собирайте книги на темы, которые вдохновят детей еще что-то прочитать об этом (например, книги о динозаврах или космических путешествиях). Детям лучше читать короткие рассказы, а не большие произведения: тогда у них появляется ощущение законченности и удовлетворения.

Предложите детям до или после просмотра фильма прочитать книгу, по которой поставлен фильм. Поощряйте чтение детей вслух, когда это только возможно, чтобы развить их навык и уверенность в себе.