

Доброго дня, шановні батьки!

Сучасна сім'я несе найбільшу відповідальність за виховання дитини.

Саме вона має виконувати головне завдання — забезпечувати матеріальні та педагогічні умови для духовного, морального, інтелектуального й фізичного розвитку юного покоління.

Конституційним обов'язком батьків є утримання своїх дітей до повноліття.

Законами України «Про освіту», «Про позашкільну освіту» на батьків покладена відповідальність за фізичне здоров'я та психічний стан дітей, створення належних умов для розвитку їхніх природних здібностей.

Від сім'ї починається шлях дитини до пізнання світу, свого становлення як особистості, шлях до шкільного та позашкільного навчання.

Адже життєвою дорогою дитину ведуть два розуми, два досвіди: сім'я та навчальний заклад.

У вихованні дитини відбивається вся організація життя сім'ї, працьовитість, духовне багатство й моральна чистота матері та батька.

Майбутнє належить тільки дітям! Робіть усе, щоб дитинство й майбутнє наших дітей було прекрасними.

Сутність педагогічної культури сім'ї

Аналіз наукових праць вітчизняних і зарубіжних дослідників свідчить, що формування педагогічної культури батьків — це систематична й змістовна програма, мета якої є поширення інформації, знань і навичок у різних аспектах діяльності батьків або як спроба підвищити свідомість батьків щодо виховання своїх дітей і озброїти їх певними виховними навичками.

Метою формування педагогічної культури батьків є розвиток у них рис вихователів. Самовиховання батьків означає зростання самосвідомості й встановлення власної шкали цінностей.

Формування педагогічної культури батьків — це процес розвитку не тільки однієї особистості — батька чи матері, це спільне вдосконалення всіх членів родини. У широкому розумінні формування педагогічної культури батьків

можна розглядати як виховання самих батьків, а саме: знання законодавства про шлюб і сім'ю; оволодіння навичками ведення хатнього господарства; знання про фізичні та фізіологічні особливості дитячого організму, дитячі хвороби; формування стосунків між членами сім'ї тощо.

Таким чином, формування педагогічної культури батьків — це спроба допомогти сучасній сім'ї у виконанні нею функцій виховання. Урешті-решт ідеться про право дитини на таких батьків, які здатні забезпечити їй можливість усебічного розвитку і сімейного добробуту. Сім'я — це основа суспільства і замінити її не в змозі жодна офіційна організація чи установа.

За сучасних умов, коли інформаційний простір для більшості батьків обмежений теле- і радіоновинами, американськими бойовиками і трилерами, відсутністю книг і журналів для батьків у зв'язку з їх непомірною вартістю, одним із центрів роботи з формування педагогічної культури батьків знаходиться у позашкільному закладі, а головним провідником знань є керівник.

Для Вас батьки

У своїй діяльності практичний психолог керується Конституцією України, Декларацією прав людини, Конвенцією про права дитини, Законом України «Про освіту», Законом України «Про дошкільну освіту», Етичним кодексом практичного психолога, Положенням про психологічну службу системи освіти України, методичними рекомендаціями Українського науково-методичного Центру практичної психології і соціальної роботи.

Практичний психолог у навчальному закладі здійснює професійну діяльність за такими **напрямами**:

- **Психодіагностична робота.** Її метою є поглиблене вивчення дитини, виявлення її індивідуальних особливостей, розвитку пізнавальних та особистісних якостей, емоційної сфери, динаміки розвитку, з'ясування причин тих чи інших відхилень у вихованні та навчанні дитини, відставання чи випередження вікових нормативів. З дітьми вона буває групова (згідно плану роботи психолога), та індивідуальна (на запит батьків або викладачів). Також проводиться психодіагностична робота зі студентами, педагогічним колективом та батьками.
- **Консультаційна робота.** Її метою є підвищення рівня психологічної компетентності та грамотності як педагогічних працівників закладу так і батьків вихованців. Можуть бути за планом психолога (групові) та індивідуальні (за запитом).

- **Корекційно-відновлювальна та розвивальна робота.** Вона має на меті сприяти повноцінному психічному та особистісному розвитку дитини. Основні завдання психолога, який працює з дітьми дошкільного віку, полягають у психологічному супроводі природного розвитку дитини, який включає розвиток основ довільності психічних процесів у дитини і тренування психічних процесів та функцій. Корекційно-відновлювальна та розвивальна робота із дітьми може бути індивідуальною, підгруповою чи груповою. Також розвивальна робота проводиться з батьками та педагогічними працівниками. Це можуть бути заняття з елементами тренінгу, ділові ігри, практикуми, круглі столи тощо.
- **Психологічна просвіта.** Метою є підвищення психологічної культури, пропагування психологічних знань серед батьків та вихователів. Методами психологічної просвіти є: виступи психолога на батьківських зборах та педрадах, розробка та розповсюдження інформаційних буклетів.
- **Організаційно-методична робота.** Вона є базою для інших напрямів роботи. Зокрема це підготовка психодіагностичного інструментарію, розробка та адаптація корекційних і розвивальних програм для роботи із дітьми, розробка рекомендацій для батьків та вихователів, підбір матеріалів для психологічної просвіти, організація інформаційного куточка, підготовка до виступів на батьківських зборах, педагогічних нарадах.

Ось деякі труднощі з якими зустрічаються батьки, виховуючи своїх дітей: **НЕСЛУХНЯНА ДИТИНА**



Неслухняність є однією з найбільших проблем виховання. Коли дитина не слухається батьки відчувають безпорадність, безсилля, страх, сприймають неслухняність як прояв нелюбові чи неповаги до себе.

Насправді неслухняна дитина може дуже любити й поважати своїх батьків. Просто вона відчуває в собі силу відстоювати свої бажання, або потребу перевірити любов батьків („Поступаються – отже люблять”), або прагнення в такий спосіб виявити свою образу („Ти не хочеш для мене, а я не буду для тебе”). Отже, в основі неслухняності дитини можуть лежати певні проблеми в стосунках, проте надмірно слухняна дитина може бути нездоровою. Вона невпевнена в собі, несамостійна, тривожна.

Чим можуть допомогти батьки

1. Спробуйте зрозуміти, що лежить в основі пручань дитини.
2. Коли наполягаєте на своєму, намагайтеся не позбавляти дитину своєї любові, не принижувати її гідності („Я б із задоволенням тобі дозволила, але, на жаль, не можу...”)
3. Якщо дитина не виконує Ваших вимог – скоротіть їхню кількість спочатку до 3-4 –х основних, інакше на все може просто не вистачити уваги.
4. Для того, щоб дитина навчилася виконувати Ваші вимоги, краще застосовувати заохочення, ніж покарання. Негативне підкріплення може сформулювати лише відразу до відповідної діяльності, позбавити бажання виконувати вказівки дорослих.

Чим може допомогти психолог

Основні завдання психологічної корекції:

1. Через ігрові ситуації визначити особистісні причини неслухняності дитини.
2. Допомогти дитині проявити й відпрацювати свої психологічні проблеми на ігровому матеріалі.
3. Знайти можливості оптимізації взаємодії батьків та дітей.
4. В ігровій формі тренувати дітей розуміти себе і своїх близьких.

ЗНЕРВОВАНА ДИТИНА



Надміна вразливість, плаксивість чи спалахи гніву, перепади настрою, неспокійний сон, проблеми травлення, частий головний біль – усе це ознаки нервового виснаження дитини.

Причиною психоемоційного виснаження може бути якась неприємна подія в житті дитини, яка й досі її непокоїть, або хронічне незадоволення собою – переживання своєї неспроможності бути такою як „треба”.

Чим можуть допомогти батьки

1. Проаналізуйте, коли виникли перші ознаки нервовості, і пригадайте, що цьому передувало.
2. Допоможіть дитині усвідомити, що її непокоїть, і змінити своє ставлення до цієї проблеми.
3. Відвести більше часу в режимі дня на ті заняття, у яких дитина відчувається спокійно і впевнено. Це дасть їй змогу відновити віру у свої сили.
4. Не перевантажуйте дитину такими заняттями, які викликають сильні емоції – позитивні чи негативні: змаганнями, випробуваннями, емоційно насиченими видовищами. Тимчасове дотримання такої „емоційної дієти” дасть змогу знервованій дитині відновити душевну рівновагу, нормалізувати сон, набратися сил.

Чим може допомогти психолог

Основні завдання психологічної корекції:

1. У процесі психологічного аналізу гри дитини можна визначити основні зони її емоційного напруження: чого вона боїться, чого уникає.
2. Створити ігрові умови для того, щоб дитина сама усвідомила й висловила свої переживання.
3. Якщо причиною негативного емоційного стану стала якась психотравмуюча ситуація, її необхідно поступово відтворити і знову пережити, але із залученням усіх необхідних психологічних ресурсів.
4. Якщо причиною нервового виснаження дитини є її почуття невідповідності „ідеалу”, то психологічна допомога включатиме формування впевненості у своїх можливостях і вміння спокійно сприймати.
- 5.

ГШЕРАКТИВНА ДИТИНА



Непосидюча дитина – це не просто постійний галас і метушня в домі, це й постійний страх за її життя і здоров'я. Не має такої щілини чи отвору, куди вона не сунула б носа чи пальця, немає заборон, яких вона не порушувала б.

Причиною такої нестриманості, як правило, є тимчасове переважання сили збудження нервової системи над силою гальмування. Цей дисбаланс компенсується у 10-14-річному віці, коли дитина вже здатна контролювати себе. Проте якщо дитину переконати в тому, що вона неслухняна, некерована, неуважна, байдужа до інших, тоді вона не стане використовувати цю здатність, бо не віритиме у свої сили. Отже, головне завдання батьків гіперактивної дитини – не нав'язати їй негативне ставлення до себе та світу.

Чим можуть допомогти батьки

1. Не варто сподіватися, що бурхлива фізична активність вивільнить енергію малюка. Навпаки, коли він перевтомлений, він стає перебудженим і ще менш керованим. Тому краще уникати ситуацій, що перебуджують дитину, а її енергію варто спрямовувати в необхідне русло.
2. Намагайтеся зайняти дитину тим, що її цікавить. Поки вона захоплена улюбленими справами, ризик, що в неї виникнуть небажані імпульси, — мінімальний.
3. спробуйте запобігати порушенню Ваших вимог, бо дотриматися їх вона ще не здатна, а чим більшим буде досвід „неслухняності”, тим глибшим стане переконаність дитини в тому, що вона погана.
4. Для того, щоб зупинити енергійну дитину, доцільно переключити її увагу на щось емоційно значуще для неї: „Ой, дивись!”, „Я згадала!”

Чим може допомогти психолог

Основні завдання психологічної корекції:

1. Визначити уявлення дитини про себе і допомогти їй позбутися негативних переконань щодо власної неспроможності.
2. Засобами гри створити позитивну мотивацію до розвитку вміння контролювати свої слова та дії.
3. Тренувати в ігрових вправах довільну увагу дитини.

4. Підібрати разом з батьками ефективні способи взаємодії з гіперактивною дитиною.

Рекомендації батькам гіперактивних дітей

- У своїх відносинах із дитиною дотримуйтеся «позитивної моделі». Хваліть її в кожному випадку, коли вона цього заслужила, підкреслюйте успіхи. Це допоможе зміцнити в дитини впевненість у власних силах.
- Уникайте повторень слів «ні» і «не можна».
- Говоріть стримано, спокійно і м'яко.
- Давайте дитині тільки одне завдання на певний відрізок часу, щоб вона могла його завершити.
- Для підкріплення усних інструкцій використовуйте зорову стимуляцію.
- Заохочуйте дитину до всіх видів діяльності, що вимагають концентрації уваги.
- Підтримуйте вдома чіткий розпорядок дня. Час прийому їжі, виконання домашніх завдань і сну повинні відповідати цьому розпорядкові.
- Уникайте по можливості скупчень людей. Перебування у великих магазинах, на ринках, у ресторанах тощо чинить на дитину надмірно стимулюючий вплив.
- Під час ігор обмежуйте дитину тільки одним партнером. Уникайте неспокійних, гучних приятелів.

ТРИВОЖНІСТЬ ДИТИНИ



Дитячі страхи є нормальною реакцією дитини, яка усвідомлює недостатність своїх можливостей. У міру розвитку умінь дитини одні страхи зникають, а інші з'являються, бо дитина усвідомлює нові небезпеки. Відсутність страхів не є показником благополуччя. Здорова дитина – та, яка не боїться боятися. Шкідливими страхами є ті, що обмежують розвиток можливостей дитини (вона не пробує досягти того, чого хоче) або підривають її здоров'я – погіршують

сон, знижують апетит, псують настрій, виводять з рівноваги. Такі страхи потребують спеціальної уваги батьків та психологів.

Чим можуть допомогти батьки:

1. Оскільки „нездорові страхи” характеризуються тим, що діти „бояться боятися”, то насамперед допоможіть дитині спокійно сприймати сам факт наявності страхів. Якщо вона вирішить, що боятися – це неприпустимо погано чи соромно, вона уникатиме страшних ситуацій і ніколи не зможе навчитися долати їх.
2. Не лякайтеся страхів своєї дитини, не намагайтеся відвертати її увагу від спогадів про страшний сон чи страшну фантазію. Якщо ми відганяємо страх – він переслідує нас і атакує тоді, коли ми найменше захищені від нього.
3. Допоможіть своїй дитині зустрітися із страхом у безпечній атмосфері: коли Ви поруч, коли вона почувається спроможною протистояти страху. Нехай вона розповість чи намалює Вам те, що її лякає, і отримає від Вас розуміння й підтримку.
4. Необхідно, щоб дитина зрозуміла, що боятися не соромно, що всі (і Ви також) чогось боялися, нехай вона повірить у те, що теж зможе опанувати свій страх.
5. Нехай Вас не бентежать невдалі спроби Вашої дитини подолати свій страх. Хваліть її за незначні досягнення, відзначте найменший прогрес: „Страх став трохи меншим. Отже, ти його поступово долаєш”.

Чим може допомогти психолог

Основні завдання психологічної корекції:

1. Визначити особистісні причини надмірної тривожності дитини.
2. Сформувати в дитини впевненість у своїх силах перемогти свої страхи.
3. Організувати ігрову діяльність, у якій можна моделювати страхи і тренуватися в їх подоланні.
4. Активізувати ті ресурси, які необхідні дитині для успішного подолання своїх страхів.
5. Допомогти батькам знайти психологічно правильну способи реагування на страхи своєї дитини.

Рекомендації батькам по корекції тривожності дітей

У роботі з дітьми з тривожністю необхідно

- Постійно підбадьорювати, заохочувати демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях;

- Виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності, уміння правильно оцінити їх, опосередковано ставитися до власних успіхів, невдач, не боятися помилок, використовувати їх для розвитку діяльності;
- Формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей;
- Розвивати орієнтацію на спосіб діяльності;
- Розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й одноліткам, розвивати адекватне ставлення до оцінок і думок інших людей;
- Щоб перебороти скутість, потрібно допомагати дитині розслаблюватися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних вправ ; допоможе інсценізація етюдів на праяв сміливості, рішучості ,що потребує від дитини психоемоційного ототожнення себе з персонажем; ігри, що виражають тривожність занепокоєння учасників, дають змогу емоційно відкинути пригніченість і страх, оцінити їх як характеристики ігрових персонажів, а не даної дитини, і на основі психологічного «розототожнення» позбутися власних страхів.
- Не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на вас. Навпаки, поставтеся до неї, до її обурення з розумінням і повагою: допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до вас.
- Тільки тоді, коли емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею владу форму висловлювання претензій.
- Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити, а просто виявити своє незадоволення.

Кілька порад батькам із формування в дітей адекватної самооцінки

- Не оберігайте дитину від повсякденних справ, не прагніть вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажуйте її тим, що їй непосильно. Нехай дитина виконує доступні їй завдання і одержує задоволення від зробленого.
- Не перехвалюйте дитини, але і не забувайте заохочувати її, коли вона цього заслуговує.
- Заохочуйте в дитині ініціативу. Нехай вона буде лідером усіх починань, але також покажіть, що інші можуть бути краще її.

- Не забувайте заохочувати інших у присутності дитини. підкресліть достоїнства іншого і покажіть, що ваша дитина також може досягти цього.
- Показуйте своїм прикладом адекватність ставлення до успіхів і невдач. Оцінюйте у голос свої можливості й результати справи.
- Не порівнюйте дитини з іншими дітьми. Порівнюйте її із самою собою (тією, якою вона була вчора чи, можливо, буде завтра).

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- Розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей.
- Не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, запобігти новим ускладненням, дайте їй певну міру волі і відкритих дій.
- Постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах.
- Залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелося б вступити в контакт з «чужим» дорослим..

Кілька порад батькам замкнених дітей:

- Розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми.
- Підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви дізналися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.
- Прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

АГРЕСІЯ



Агресія – це енергія подолання, боротьби, відстоювання своїх прав та інтересів. Ця сила необхідна дитині для того, щоб досягти своєї мети, протистояти перешкодам. Небажаною є не сама по собі агресія, а неприйнятні форми її прояву: звичка кричати, ображати, битися. Тому завданням виховання дитини є не усунення її агресії, а навчання адекватно проявляти свої негативні почуття: гнів, обурення, неприйняття. Саме тому, що дитина не вміє усвідомити й висловити протестні почуття стосовно значущої особи (батька чи вчителя), у неї може виникати „безпредметна агресивність” – розповсюдження почуття злості на слабші та безпечні об’єкти – на дітей, тварин, предмети. Причиною підвищення дратівливості також можуть бути фізичні чи психологічні проблеми дитини, які виснажують її, підвищують збудженість та імпульсивність.

Чим можуть допомогти батьки:

1. Не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на Вас. Навпаки, поставтеся до її обурення з розумінням й повагою: допоможіть їй усвідомити і сформулювати свої претензії до Вас.
2. Тільки тоді, коли емоції вщухнуть, розкажіть дитині про те, як Ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею вдалу форму висловлювання претензій.
3. Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі придушуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити, а просто виявити своє незадоволення.
4. Вчіть дитину розуміти себе та інших. Якщо дитина навчиться усвідомлювати свої почуття й почуття інших, вона зможе свідомо обирати мирні форми боротьби і захисту.

Чим може допомогти психолог

Основні завдання психологічної корекції:

1. Визначити основні причини агресивної поведінки дитини.
2. Розробити такі ігри, у яких дитина зможе не просто виявити свій гнів, а експериментувати з формами його прояву.
3. Допомогти дитині через гру навчитися розуміти свої та чужі негативні переживання.
4. Разом з батьками знайти можливість оптимізації виховного впливу на дитину в сім'ї.

Принципи спілкування з агресивними дітьми:

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу — найнеефективніші способи подолання агресивності. Тільки зрозумівши причини агресивності і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.
- Дайте можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність у даний момент знизилася.
- Показуйте дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву.
- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити або пожаліти. Нехай вона бачить, що потрібна й важлива для вас.

Поради батькам конфліктних дітей

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недобррозичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бурі».
- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.
- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.
- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.

Типи неправильного виховання в сім'ї

У дитячому та підлітковому віці виховний вплив батьків і близьких є головним у формуванні певного стереотипу поведінкових реакцій.

Можна визначити деякі типи неправильного виховання, що впливають на поведінку дитини.

1. Бездоглядність — дитина поза увагою батьків. Батьки й ніби турбуються про неї, але в основному дитина полишена сама на себе. Її духовними потребами, захопленнями ніхто не цікавиться, а навчання, вчинки, поведінка залишаються без контролю, та уваги батьків.
2. Впливає на поведінку дитини й надмірна опіка з боку батьків — гіперопіка. В цьому випадку характерні безперервні заборони, настанови, повчання, контроль за кожним кроком. У підлітків часто цей стиль викликає протест, що призводить до загострення взаємин.
3. Інколи бажання дитини позбутися найменших труднощів, неприємних обов'язків стає настільки великим, що навколо неї створюють атмосферу захоплення, перебільшення, нахваляння її здібностей, найчастіше міфічних. Усі бажання дитини виконують, вона в центрі уваги — кумир сім'ї. виховується егоцентризм, виникають труднощі у створенні навичок систематичної праці та самостійності.
4. Наступний тип — емоційне відкидання. Характерні ознаки: відчуженість, уникання контактів. Спостерігається в сім'ях, де один із батьків обтяжений дитиною, яка це постійно відчуває, або ж у сім'ях, де є інша дитина, яка має більше уваги з боку батьків. Сприяє розвитку підвищеної вразливості.
5. Для жорстких взаємин характерною ознакою є жорстоке ставлення з суворим покаранням за дрібні провини. У дитини формується страх перед батьками, жорстокість.
6. Часто можна почути від батьків: «Я не мала змоги...», «У моїх батьків не було змоги...», «Я все життя мріяла,...то нехай моя дитина досягне цього». Батьки намагаються дати дитині якомога ширшу освіту, розвинути примарні здібності. Дитина постійно зайнята, від неї вимагають високих результатів, не враховуючи її інтелектуальних можливостей. Дитина не має змоги гратися, спілкуватися з однолітками. З часом починає виконувати все формально. Такий стиль сприяє виснаженню нервової системи і виникненню тривожності. Це надмірна вимогливість.

Звичайно, це не все, що призводить до порушень поведінки та виникнення шкідливих звичок.

Можливі й інші причини:

1. Особливості пубертатного періоду.
2. Ураження головного мозку, хронічні захворювання, інтоксикація.
3. Різноманітні психічні травми — тяжкі, іноді надто сильні для особистості переживання, які супроводжують негативні емоційні реакції. Діють вони, як правило, не ізольовано одне від одного, а в комплексі. Основним стимулятором є все-таки сімейне виховання.

Поради виховання важких підлітків

1. Інтерес

З'ясуйте, що подобається вашій дитині. Коли ваш підліток був дитиною, можна знайти щось, чим можна було б з ним займатися. Але коли вони дорослішають, вам доведеться докласти додаткових старань, аби довідатись, що подобається вашим дітям. Можливо, це буде не просто, але здатність співвідносити схильності й антипатії вашої дитини є важливою частиною побудови відкритих стосунків з нею.

Пам'ятайте: щоб бути гарним батьком вам також потрібно бути гарним другом.

2. Строгість

Чимало підлітків пручаються правилам і обмеженням. Вони думають, що вже дорослі, що можуть про себе подбати. Хоча це почасти й так, підліткам усе ще потрібні обмеження. З новими бажаннями вони можуть заподіяти собі значної шкоди, якщо не стримуватимуть себе відповідальністю.

Дайте зрозуміти вашій дитині, що в неї буде більше волі, але при цьому й більше відповідальності. Воля без відповідальності безглузда.

Вам варто допомогти своїй дитині навчитися планувати події наперед. Ви не повинні робити це за підлітка; просто спрямуйте його.

3. Спілкуйтеся щодня

Щоденне спілкування є важливим для підтримки відкритості між вами. Ваша дитина буде розкутішою, довірятиме вам, якщо ви спілкуватиметеся з нею щодня. Довіра ґрунтується на практиці. Її можна збудувати тільки на багатогранних відносинах, на гарному спілкуванні.

Навчіться пізнавати світ, у якому живе ваш підліток, поставте себе на його місце, і ви зможете не тільки досягти довіри у стосунках, але й краще зрозуміти його поведінку.

Щоденне спілкування покаже вашій дитині, що ви дбаєте про неї. Це дуже важливий фактор, тому що підлітки почуваються комфортніше з батьками, які активно залучені в їхнє життя. Інакше підлітки можуть звернутися до ненадійних однолітків за порадою або настановами. Дуже важливо, щоб батьки надавали їм **керівництво й турботу**, що їм так потрібно.

Виховання важких підлітків ніколи не було й не буде легким завданням. Різні батьки користуються для його розв'язання різними підходами. Безперечно, важливо вчинити так, як ви вважаєте правильним, але є деякі рекомендації, яких краще дотримуватися, щоб допомогти собі пройти через усе це, а також зрозуміти, що ви не єдиний у такій ситуації.

Підлітковий вік триває не вічно, тому не треба зациклюватися на ньому, що ваша дитина завжди залишиться важким підлітком. Натомість сконцентруйте свої сили й увагу, допоможіть дитині впоратись з її проблемами і стати відповідальним дорослим. Ви ж мріяли про це, коли дитина була маленькою?..

4. Терпіння

Коли йдеться про виховання важкого підлітка, ваша терпіння дуже важливе. Бути терплячим важко, тому ви забажаєте побачити результати негайно. Але у більшості випадків вашій дитині просто необхідно перерости таку поведінку. Можливо, варто відправити дитину у спеціальний центр виправного впливу, і це також потребуватиме від вас терпіння, поки програма не почне давати результатів. Загалом, якщо зможете знайти в собі терпіння, то керуватимете ситуацію значно краще

5. Упереджувальний підхід

Тільки-но ви помітили що в дитини з'явилися проблеми, вам необхідно починати діяти негайно. Можливо, вам необхідно подумати про спеціальну виправну установу для неповнолітніх ще до того, як ви вважатимете відправлення дитини туди необхідним. Негайний початок дій покаже підлітку, що ви не збираєтесь сидіти, склавши руки, й дозволити йому уживати наркотики, алкоголь або займатися іншими речами, яких ви не схвалюєте. Упереджувальний підхід може скоротити глибину і тривалість проблем вашого підлітка.

6. Єдиний фронт

У багатьох випадках батьки не сходяться в думках про те, яке рішення їм необхідно прийняти щодо ситуації, в яку потрапила їхня дитина. У жодному разі не розказуйте про це своєму синові чи доньці. Ви маєте завжди демонструвати «єдиний фронт». Коли дитина зрозуміє, що ви дієте спільно, однією командою, і вона не зможе втекти під захист одного з батьків, ваші плани допомогти матимуть більші шанси на успіх

Як запобігти обману?

Пам'ятка для батьків

1. Сприймайте дитину безумовно. Любіть її не за те, що вона гарна, розумна, здібна, добре навчається, допомагає. Любіть її просто за те, що вона є.
2. Можна висловити своє незадоволення окремими діями дитини, але не дитиною загалом.
3. Будьте вірними своєму слову, обіцянкам. Навіть якщо є об'єктивні причини і через якісь обставини ви не зуміли дотриматися своєї обіцянки, не вважайте не гідним для себе пояснити дитині причин, з якої порушили її.
4. Будьте відвертими з дитиною. У побудові правильних і чесних відносин украй важливе бажання дитини бути з вами відвертим. Це бажання можна й потрібно стимулювати. Інколи ви самі можете стати ініціатором ігрової ситуації, де дитина, яка потрапила в скрутне становище, наприклад зламала квітку у вазі, має зробити свій внутрішній вибір на користь правди. При цьому можете сказати, що ви знаєте, хто зламав нещасливу квітку, і краще було б, щоб малюк поділився неприємною новиною раніше, оскільки спільними стараннями можна було б змінити ситуацію. Величезну роль тут відіграє ваша доброзичливість у словах та інтонації.
5. Можна засуджувати дії дитини, але не почуття, хоч якими б не бажаними чи недозволенними вони були. Якщо ці почуття з'явилися, отже для цього є підстави.
6. Незадоволення діями дитини не повинно бути систематичним, інакше воно переросте у її неприйняття.
7. Поступово, але не ухильно знімайте із себе турботу та відповідальність за особисті справи вашої дитини і передавайте їх їй.
8. Оцінюйте наслідки. Коли дитина вперше говорить неправду, необхідно пояснити їй наслідки цього вчинку. Зробіть це без сторонніх. Пояснення необхідне, воно дозволить дитині зрозуміти, що вона не одна у світі,

що кожний вчинок має свій відголос — позитивний й негативний. Таке пояснення допоможе їй навчитися думати про майбутнє. Дайте змогу дитині самій залагоджувати наслідки її дій або бездіяльності. Тільки тоді вона дорослішатиме і ставатиме «свідомою».

9. Карайте дитину, залишаючи без хорошого, а не робіть їй погано.
10. Умійте прощати. Якщо ви ввели вдома «статусні» взаємини, без знижки на вік малюка ви ризикуєте виховати замкнену і боязку людину. Адже, даючи маху, дитина думає перш за все, що на неї чекає невідворотне і строге покарання. Відчуття самозбереження і бажання уникнути стає визначальним чинником в поведінці. І тут до брехні — один крок.
11. Посмійтеся разом. На несуттєву брехню можна відповісти з гумором. Насамперед це стосується маленьких дітей, які роблять перші спроби обманути. Залишаючись у рамках гри, ми ніби говоримо дитині: «Ти знаєш, що я знаю». Наш гумор дає дитині відповісти так само весело.
12. Заохочуйте чесність. Не залишайте непоміченим момент, коли ваша дитина призналася вам у чомусь. Повірте, що такі миті в житті дитини дуже важливі. Адже вона робить свій вибір. Не забудьте пояснити, в чому її помилка, але змістіть акцент на момент істини — на те, що ви пишаєтесь тим, що ваш малюк росте чесною людиною.
13. Подавайте власний приклад. Пам'ятайте: ваша дитина — це до великої міри ваш відбиток. Вона звертає увагу на те, що ви минаєте, навіть не озираючись. Ви виховуєте нечесну людину тоді, коли припускаєте можливість збрехати у присутності дитини. Інколи в цій брехні дитині відводиться визначена, нехай на перший погляд безневинна брехня. Наприклад: «Підійди, будь ласка, до телефону і відповідай, що мами вдома немає», — кажете ви і закладаєте цим фундамент для майбутньої брехні.
14. Любіть своє дитя. Якщо ви любите свою дитину — не уникайте шансу дати їй це відчуття. Повторюйте частіше ці заповітні слова: «Я тебе дуже, дуже люблю»! навіть якщо дитина вчинила щось погане, все одно повторіть, що любите її. Так ви розвинете в душі малюка упевненість, що попри здійснені ним помилки, що він все одно улюблений і дорогий вам, що ви засуджуєте його вчинок, а не особистість загалом.

Правила бесіди за способом активного слухання

Якщо ви хочете послухати дитину, обов'язково поверніться до неї обличчям. Дуже важливо, щоб її і ваші очі були на одному рівні.

1. Якщо ви спілкуєтесь із засмученою дитиною, не варто ставити їй запитань. Бажано, щоб ваші відповіді звучали у стверджувальній формі. Здавалося б, різниця між стверджувальним реченням незначна, іноді це слабка інтонація, а реакція на них буває різна.
2. Дуже важливо у бесіді «тримати паузу». Після кожної вашої репліки краще за все помовчати. Пауза допомагає дитині розібратися у своїх переживаннях і одночасно повніше відчутти, що ви поруч. Якщо її очі дивляться не на вас, а в бік чи вона «заглиблена у себе», продовжуйте мовчати: у дитини відбувається зараз дуже важлива внутрішня робота.

Бесіда за способом активного слухання незвична для нашої культури, нею оволодіти не просто. Однак результати приємні:

- Зникає чи принаймні сильно зменшується негативне хвилювання дитини. Тут виявляється чудова закономірність: розділена радість подвоюється, розділене горе зменшується вдвічі;
- Дитина, впевнившись, що дорослий готовий її слухати, починає розповідати про себе все більше.
- Дитина сама просувається у вирішення своєї проблеми.

Виховуємо хлопчиків, виховуємо дівчаток (психолого-педагогічні рекомендації гендерного виховання)

- Ніколи не забувайте, що перед вами не просто дитина, а хлопчик чи дівчинка з властивими їм особливостями сприйняття, мислення, емоцій. Виховувати, навчати і навіть любити їх треба по-різному. Але обов'язково — сильно.
- Ніколи не порівнюйте хлопчиків та дівчаток, не ставте одних за приклад іншим: вони різні, навіть за біологічним віком — дівчатка звичайно старші від своїх ровесників-хлопчиків.
- Не забувайте, що хлопчики і дівчатка по-різному бачать, чують, відчувають дотик, по-різному сприймають простір і орієнтуються в ньому, а головне — по-різному осмислюють усе, з чим стикаються у цьому світі. І вже, звичайно, не так, як ми дорослі.

- Пам'ятайте: коли жінка навчає та виховує хлопчиків, їй мало знадобиться свій дитячий досвід. Порівнювати себе у дитинстві з ними — неправильно і морально.

Дорослі, якщо у вас проблема у спілкуванні з дитиною, якщо ви не розумієте один одного, не поспішайте звинувачувати в цьому її.

- Не перестарайтеся, вимагаючи від хлопчиків акуратності і старанності у виконанні вашого завдання.
- Намагайтеся, даючи завдання хлопчикам у дитячому садку, в школі, так і в побуті, включати в них момент пошуку, що потребує кмітливості. Не треба заздалегідь розповідати і показувати, що і як робити. Варто підштовхнути дитину до того, щоб вона сама знайшла принцип розв'язання, нехай навіть припустившись помилок.
- З дівчатками, якщо їм важко, треба разом, до початку роботи, розібрати принцип виконання завдання, що і як треба зробити. Водночас їх треба поступово вчити діяти самостійно, а не тільки за заздалегідь відомими схемами, підштовхувати до пошуку власних варіантів розв'язку незнайомих, нетипових задач.
- Не забувайте не тільки розповідати, а й показувати. Особливо це важливо для хлопчиків.
- Ніколи не лайте дитину образливими словами за нездатність щось зрозуміти або зробити, дивлячись на неї з висоти власного авторитету. Це зараз вона знає і вміє гірше за вас. Настане час, і, принаймні, в якихось галузях, вона знатиме і вмітиме більше від вас. А якщо тоді вона повторить ті самі слова, що їй зараз ви?

Пам'ятайте, що ми часто не дооцінюємо емоційну чутливість і тривожність хлопчиків.

- Якщо вам треба насварити дівчинку, не поспішайте висловлювати своє ставлення до неї — бурхлива емоційна реакція заважає їй зрозуміти, за що її лають. Спочатку з'ясуйте у чому її помилка.
- Сварячи хлопчика, викладіть коротко й точно, чим ви не задоволені, тому що він довго не зможе утримувати емоційне напруження. Його мозок ніби відключить слуховий канал, і дитина перестане вас слухати і чути.
- Перш ніж ляяти дитину за невміння, спробуйте з'ясувати природу труднощів.
- Знайте, що дівчатка можуть вередувати, здавалося б, без причини або без значного приводу через утому. Хлопчики в цьому випадку виснажуються інтелектуально. Дорікати їм за це не тільки марно, а й аморально.

- Майте на увазі, що дорослий, який лає дитину за те, що вона чогось не знає або не вміє, подібний до лікаря, який лає людину за те що вона, захворіла.
- Постарайтеся, щоб головним для вас стало навіть не стільки навчити чогось, скільки зробити так, щоб дитина захотіла навчитися, не втратила інтересу до навчання, відчула смак до пізнання нового, невідомого не зрозумілого.

Пам'ятайте, що для дитини чогось не вміти, щось не знати — це нормальний стан речей. На те вона й дитина. Цим не можна дорікати. Соромно самовдоволено демонструвати перед дитиною свою перевагу в знаннях.

- Дитина не повинна панічно боятися помилитися. Неможливо навчитися чогось, не помиляючись. Намагайтеся не виробити в неї страху перед помилкою. Почуття страху — поганий порадник. Воно придушує ініціативу, бажання вчитися, та й просто радість життя і пізнання.
- Ви не ідеал, а значить, не зразок наслідування в усьому і завжди. Тому не змушуйте дитину бути схожою на вас.
- Визнайте за дитиною право на індивідуальність, право бути іншою.
- Для успішного навчання ми маємо перетворити свої вимоги на бажання дитини.
- Запам'ятайте: маленькі діти не бувають ледачими. «лінощі» дитини — сигнал не благополуччя у вашій педагогічній діяльності, в обраній вами методиці роботи з нею.
- Для грамотного розвитку потрібно, щоб дитина вчилася по-різному осмислювати навчальний матеріал (логічно, образно, інтуїтивно).

Ви повинні знати:

- З ким приятелює ваша дитина.
- Де проводить вільний час.
- Чи не пропускає занять в школі.
- В якому вигляді або стані повертається додому.

Ви зобов'язанні помітити і відреагувати, коли:

- В домі з'явилися чужі речі (з'ясуйте, чиї вони).
- В домі чути запах паленої трави або синтетичних речовин (це може свідчити про куріння сигарет із наркотичними речовинами)
- В домі з'явилися голки для ін'єкцій, часточки рослин, чимось вимашчені бинти, закопчений посуд (це може свідчити про вживання наркотичних речовин).

- В домі з'явилися ліки, які діють на нервову систему і психіку (з'ясуйте, хто і з якою метою їх використовує).
- В домі надто часто чути запах засобів побутової хімії — розчинників, ацетону тощо (це може свідчити про захоплення дітей речовинами, які викликають стан одурманювання).
- Відбулася швидка зміна зовнішнього вигляду та поведінки дітей: порушилась координація рухів, підвищилась збудженість або в'ялість, з'явилися сліди від уколів на венах, розширення зіниць тощо.

Анкетування «Які ви батьки?»

Більшість батьків свято переконані, що вони гарні батьки. Про своїх дітей одні батьки розповідають стороннім лише хороше, а інші — не соромляться жалітися на них... Стосунки батьків і дітей — вічна проблема, з якою зіштовхується кожне покоління. Чому в одних сім'ях — мир і спокій, а в інших — сварки, крики і скандали? Якими бачать діти своїх батьків? Якими батьками ви насправді є?

На ці запитання допоможе відповісти цей тест.

Виберіть свої варіанти відповідей на 10 запитань і позначте їх.

1. Чи спілкуєтесь ви зі своєю дитиною перед сном?

— систематично — 3;

— інколи — 1;

— ніколи — 0;

— а навіщо забивати дурницями дитині голову перед сном? — 2.

2. Чи довіряє вам дитина свої таємниці і переживання?

— у хвилини відвертості — так — 3;

— про всі таємниці дізнаюся від сусідів, вихователів (вчителів), знайомих — 4;

— а навіщо мені її таємниці? — 1;

— як мені знадобиться дізнатися, натисну — і все скаже — 2.

3. Скільки часу за день ви спілкуєтесь з дитиною?

— стільки, скільки конче необхідно — 2;

— з ранку до ночі — 4;

— увесь вільний час — 3;

— я не маю часу для спеціального спілкування — 1.

4. Якщо вихователька (вчителька) не задоволена поведінкою чи результатами навчання вашої дитини, що ви зробите?

- дам прочухана, не дозволю дивитися мультики (піти погуляти тощо), примушу визубрити новий матеріал тощо — 2;
- допоможу дитині розібратися в ситуації (зрозуміти складний матеріал) — 3;
- дитина отримала зауваження (погану оцінку) — нічого страшного, наступного разу виправиться — 1;
- влаштую скандал виховательці (вчительці) — 4.

5. Як ваша сім'я проводить літній відпочинок?

- тато — в один бік, мама — в другий, діти — до бабусі (в табір тощо) — 1;
- намагаємося провести відпочинок разом — 3;
- відправляємо дітей до бабусі чи в табір, а самі їдемо відпочивати — 2;
- куди дитина захоче, туди й поїде — 4.

6. Після сварки з дитиною хто першим починає миритися?

- той, хто першим усвідомить свою провину — 3;
- ніхто і ніколи, все налагоджується само собою — 1;
- певна річ, дитина, вона ж наймолодша — 2;
- завжди я, шкода ж дитини! — 4.

7. Чи намагаєтеся ви виконати всі бажання своєї дитини?

- так, стараюся виконати усі — 4;
- так, якщо маю кошти і час — 3;
- бажання — так, примхи — ні — 2;
- це діти мають виконувати бажання дорослих — 1.

8. Як часто ви даєте дитині вказівки, поради, робите зауваження?

- постійно — 2;
- не втручаюсь в життя дитини — 4;
- у разі необхідності — 3;
- давати поради і вчити жити — безнадійна справа, тому я усім раджу цього не робити — 1.

9. Чи здатні ви віддати свою дитину надовго (більше місяця) на виховання державному закладу чи родичам?

- тільки якщо нема іншого виходу — 3;
- так я і роблю — 2;
- ніколи в світі — 4;
- де захоче, там і житиме — 1.

10. Якщо дитина без дозволу взяла гроші і потратила на свої витребеньки, що ви зробите?

- шкуру здеру! — 2;
- поговорю, поясню, чому так не можна робити — 3;
- то й нехай, «все найкраще — дітям!» — 4;
- в моєму домі гроші не валяються абиде — 1.

А тепер підрахуйте суму балів за усі ваші відповіді. Нижче наведені розшифровки отриманих чисел.

Від

10 до 15 балів

Ви — байдужа мати чи батько. Для вас дитина — другорядний продукт вашого життя, досить обтяжливий додаток, щоб не сказати тягар. Ваше життєве кредо: «Хочу пожити для себе!», і саме на цьому базуються ваші стосунки з дитиною. Оскільки ви живете тільки власним життям, в якому для дитини місця нема, то ваша байдужість, відповідно, рано чи пізно викличе байдужість до вас з боку дитини. Рік у рік емоційна відстань між вами і дитиною зростатиме і зрештою перетвориться на прірву. Ви не потребуєте і не відчуваєте радості і тепла від спілкування з дитиною. Вас пов'язують лише побут, матеріальні речі. Коли дитина виросте і стане самостійною, порвуться й ці ниточки, тож ви станете не потрібні одне одному навзаєм.

Від

16 до 25 балів

Ви — тиран. Вважаючи себе найголовнішим членом сім'ї, на якому «все тримається», ви вимагаєте від дитини незаперечного послуху і покірності. Для вас існує лише ваша думка, а думка, бажання, проблеми дитини вас не цікавлять, оскільки не є важливими. Ви твердо знаєте, як треба виховувати дитину, і чітко дотримуєтесь своїх правил. Опір дитини вас обурює і доводить до шаленства. Можливо, ваша дитина намагається врятуватись від вас тим, що замикається в собі і мовчки, покірно вислуховує ваші нотації та виконує ваші вимоги. Цілком можливо, що коли «ваша слухняна овечка» виросте, то почне робити все навпаки, тож матимете цілковиту протилежність тому, чого ви навчали довгі роки. А можливо, збереже зовнішню слухняність і намагатиметься триматись від вас якнайдалі...

Від

26 до 34 балів

Ви — справді хороша мати чи батько. Маєте повний контакт з дитиною, знаєте її таємниці, проблеми, радощі й болі. Дитина вважає вас своїм другом, не хоче засмучувати вас своєю поведінкою, а якщо все-таки так стається, то ви швидко знаходите порозуміння, і конфлікт не переростає у хронічні скандали. Ви знаєте свою дитина і можете передбачити її реакцію чи поведінку у певних ситуаціях. Дитина почувається захищеною у сім'ї. У вас справжні близькі стосунки, що не переходять в панібратство, бо ви вмієте зберігати дистанцію і авторитет, бути вимогливим при потребі.

Від

35 до 40 балів

Ви — прислуга своєї дитини. За власним бажанням ви обслуговуєте її не тільки в побутовому сенсі, а й у моральному: дитина крутить вами, як собі хоче, пристосовує вас до своїх потреб і виконання бажань, вважаючи себе пупом землі. Будьте готові до того, що коли вона виросте, то не буде рахуватися з вами. Можливо, ви свідомо приносите себе в жертву, але задумайтесь ще й про таке: плекаючи егоїста, ви виростите нещасну людину, бо рано чи пізно ваша дитина з'ясує, що світ таки не крутиться тільки навколо неї. І хтозна, чи зможе вона з цим примиритися...