

Родители и дети

Что малыш может

Существует мнение, что малыши очаровательны, но глупы. Однако это не более чем предрассудки.

Уже новорожденные могут, к примеру, отличить голос матери от других голосов.

Перед учеными накапливается все больше информации о том, как учатся наши “мини-человечки”. Вот фазы естественного, природного обучения ребенка:

2,5 месяца – понимает фокусы, например, когда кролик исчезает в шляпе;

3 месяца – различает цвета, копирует движения;

6 месяцев – понимает речь, имитирует звуки;

7 месяцев – распознает интонации, мелодию речи;

12 месяцев умеет сам есть, хорошо запоминает;

18 месяцев – планирует собственные действия, например, нажимает кнопку;

24 месяца – находит спрятанные предметы.

Вывод: малыши обучаются через наблюдение и опыт. И тем лучше, чем больше с ними разговаривают. Идеальное количество слов, которые должен слышать ребенок от взрослого, - 2500 в день. И слов хороших, а не произнесенных папой в хмельном угаре.

Если ребенок сквернословит...

Один из ведущих специалистов США в области детской психологии Алан Фром считает, что не является поводом для беспокойства то, что ребенок произносит “плохие слова”. “Напротив, я бы встревожился, если бы мой сын дорос до 7-8 лет и ни разу не произнес бы их” – утверждает он.

Детям свойственно слушать, что говорят вокруг. Помните, что мы произносим, когда ударим по пальцу молотком, а ребенок рядом? А то обстоятельство, что эти слова из уст малыша нас шокируют, оказывается для детей лучшим поводом, чтобы повторять их. Поэтому:

- Не отчитывайте ребенка, не угрожайте, что будете называть его, если он станет повторять бранные слова.
- Пусть ребенок откровеннее и непосредственнее высказывается в вашем присутствии. Лучше, если то, чему он научился, он скажет ВАМ, а не произнесет при посторонних.
- Обескуражьте ребенка – это наилучший способ повлиять на него. Когда он станет браниться, относитесь к этому спокойно, мягко, добродушно.
- Объясните ребенку, что произносить ругательства так же неприлично, как отрывивать за столом или не извиниться в нужный момент. Но объясните это КРАТКО, не наказывая его. Вообще же надо стараться, чтобы у детей не возникало желание бранить кого-то или что-то.

Пусть растет помощник

Родители иногда думают, что легче все сделать самим, чем научить чему-то ребенка. Но детям просто необходимо чувствовать принадлежность к семейным делам и обязанностям. Посильная работа по дому прививает необходимые навыки, учит приносить пользу близким, уважает чужой труд.

Привлекать ребенка к выполнению домашних обязанностей надо терпеливо и доходчиво объяснить, что от него требуется. Пусть он поможет маме помыть посуду, полить цветы, и пусть он чувствует, что вы всегда рядом.

Постарайтесь обеспечить ребенка инвентарем соответствующего его возрасту, например, маленьким веником, лопатой, садовыми инструментами. Цените прежде всего вклад, а не качество сделанной работы. Если ребенок потеряет интерес к работе на полпути, похвалите его за выполнение, но не принуждайте к продолжению выполнения заданий.

Жалеть детей и делать за них работу тоже не следует. Лучше помогите своим маленьким помощникам так организовать свое время, чтобы домашняя работа была не в ущерб другим занятиям.

- Чтобы маленький ребенок не вытаскивал вилку электрошнура из розетки, сделайте так: вывинтите болтик крепления крышки розетки, затем удалите болтик скрепляющей вилки (вилка должна быть с боковым подводом электрошнура), вставьте вилку в розетку и скрепите их с друг с другом более длинным одним общим болтиком.
- Малышу, делающему свои первые шаги, очень трудно удержаться на скользком паркетном полу. Приклеив к подошвам его ботиночек по две узкие (1 см) резиновые полоски, вы застрахуете ребенка от падения и связанного с ними испугами, надолго отбивающего у малыша желание самостоятельно ходить.

- Чтобы на кровати не сбивалась простынка, к нижней стороне матраса пришейте зажимы от старых подтяжек. Защелкните ими края простынки. То же можно сделать для одеяла.

Сон подростка

Ребенок тяжело просыпается по утрам. Вялый в течении дня. Скорее всего, он недосыпает. Для большинства детей нормальный сон составляет 8-9 часов. Для того чтобы утром он встал бодрым и свежим, необходимо установить для него определенный режим.

1. Определите, сколько часов сна необходимо ребенку, чтобы он встал бодрым.
2. Сформулируйте режим. У ребенка должно войти в привычку ложиться и вставать в определенное время, а также он должен соблюдать режим в выходные дни и на каникулах.
3. Освещение. Оно играет важную роль. Перед сном ребенка не должен подвергаться воздействию яркого освещения, а утром, наоборот, освещение должно быть ярким – интенсивность цвета сообщает нашему мозгу, когда настраиваться на сон, а когда на пробуждение.
4. Подстроиться под биологические часы. Наш организм подвержен влиянию биологических ритмов (совы, жаворонки), поэтому режим, который вы устанавливаете для ребенка, должен соответствовать его биологическому ритму. Ребенок должен научиться распознавать, когда он наиболее активен и когда происходит спад активности, и в соответствии с этим строить свой режим.

Как одевать ребенка на прогулку

Перед прогулкой малыша следует покормить – в этом случае организм легче переносит холод. Лучше всего дать ребенку пищу, которая богата углеводами и жирами, она содержит в себе запас энергии.

Выходя на улицу, нужно прежде всего одеться самой (за исключением куртки и обуви), а потом уже одевать малыша, чтобы ребенок во время ожидания не вспотел.

Отправляясь гулять с ребенком, который уже может самостоятельно ходить, нужно обязательно захватить с собой запасные варежки и носовой платок.

Для совсем маленьких детей вариант “обмундирования” может быть следующим (при температуре до 10 градусов мороза) – одноразовый подгузник, хлопчатобумажная майка или боди, легкий комбинезон, шерстяной комбинезон, шерстяные носочки, мягкие варежки, на голову – шапочка-чепчик и шерстяная шапочка, далее – комбинезон с синтепоном, если нет аллергии – с пухом. Одетый таким образом малыш кладется в утепленный конверт, а потом в коляску и отправляется на прогулку.

Один-единственный или больше?

Сколько иметь детей в семье – решать только вам. Это ваш выбор, и не позволяйте никому посеять зерно сомнения в вашу душу. Только в ваших силах дать ребенку самое лучшее, поэтому вы сами знаете, на что следует рассчитывать. Это относится не только к материальной стороне: уход за растущим человечком требует также больших душевных сил и терпения. При наличии одного ребенка вам наверняка проще будет выбрать время для общения с ним. Кроме того, неизбежные проблемы и вопросы, можно решать в “индивидуальном порядке”.

Являясь мамой одного ребенка, вы получаете возможность отдавать большее количество сил и другим сферам жизни: карьере, общению с друзьями или хобби.

Не стоит опасаться, что единственный ребенок непременно вырастет эгоистичным и избалованным. Есть немало обратных примеров. Все зависит от того, как вы построите отношения в своей семье. Приобщайте ребенка к тому, чем вы интересуетесь сами. Приучайте малыша к мысли, что у всех членов семьи есть не только права, но и обязанности. Проявляйте уважение к вещам ребенка: например, посоветуйтесь с ним, прежде чем отдать соседским детям “ненужную” куклу или машинку.

Это стол, за ним едят

Хотите, чтобы ребенок правильно вел себя во время еды? Старайтесь делать все замечания в позитивной форме и не повышая голоса. Будьте при этом краткой и предельно вежливой. Не пытайтесь перевоспитать ребенка за один день. Пусть сегодня он запомнит что-то одно, а уж затем двигайтесь дальше. Не делайте замечаний при посторонних – это травмирует психику ребенка.

Водные процедуры

Прежде чем приступать к закаливанию, обязательно проконсультируйтесь с педиатром: каждый ребенок растет и развивается по индивидуальной “программе”. Врач посоветует, какой “холодный” предел допустим для малыша. Главное – прерывать этот процесс по забывчивости или лени и каждый раз предельно внимательно соблюдать температурный режим (воды, воздуха). От раза к разу температуру воды рекомендуется снижать на один градус. При первых признаках болезни ребенка прекратить закаливание.

Многодетная семья

Понятие “многодетные семьи” вызывает большое количество самых разных откликов, от восхищения до неприятия. Однако все зависит в первую очередь только от вашего настроя и отношения к собственной жизни. Важно чувствовать уверенность в том, что большая семья – ваш собственный выбор. Если вы умеете справляться с трудностями и радоваться жизни, то дети непременно переймут этот опыт.

Кроме того, в многодетных семьях дети обычно становятся равноправными помощниками родителей.

Если в семье больше двух детей, будьте готовы к проявлению своеобразных “группировок” или пар, которые дружны между собой больше, чем с другими. Относитесь к этому спокойно: все дети разные, и у каждого свои интересы и потребности в общении. А для сплочения семьи привлекайте детей к совместным мероприятиям, делам, прогулкам или играм.

Нужно проявлять гибкость в вопросе наказания: старайтесь разобраться в мотивах поведения детей. Для того чтобы избежать ненужных споров, правила, например, правило очередности. Через некоторое время дети сами будут поддерживать порядок, а правило перейдет в другие области жизни.

Если малыш плохо засыпает

Попробуйте повесить над его кроваткой балдахин по подобию сказочных. Для этого можно использовать полупрозрачную ткань нежно-голубого цвета. Таким образом у ребенка появится личное пространство, где его никто не побеспокоит. В то же время у него не возникает чувство изолированности. Он уютно расположится за занавесками и будет сладко спать.

Вот упрямец!

Если ребенок огорчает вас своим непослушанием и упрямством, возможно, вы оказываете на него чрезмерное давление. Если вы заставляете малыша из дня в день есть ненавистную манную кашу или вопреки его желанию принуждаете заниматься музыкой, то рано или поздно ребенок будет проявляться в открытом или пассивном протесте: молчании, неуважительных ответах. Но самое неприятное – такой метод воспитания приведет к тому, что ребенок начнет хитрить и обманывать вас.

Идем гулять

На дворе поздняя осень. Перед родителями встает резонный вопрос – когда нужно гулять с маленькими детьми, а когда стоит остаться дома, а если выходить на улицу – то как одеваться?

Педиатры советуют с детьми до года не выходить гулять, если столбик термометра опустился ниже 10-15 градусов. С более взрослыми малышами выйти на улицу можно, только ненадолго. Главное условие – не должно быть сильного порывистого ветра и высокой влажности – в таких условиях дети часто заболевают.

Если малыш родился зимой, гулять надо начинать, когда ему исполнится 2-3 недели. Длительность первой прогулки – 15-20 минут. В течение недели надо прибавлять по 5-10 минут. Потом доведите прогулку до часа. Максимальная продолжительность прогулки в зимнее время – 2,5 часа.

Если ребенок находится преимущественно без движений (например, сидит в санках или коляске), он замерзнет гораздо быстрее, нежели тот, который активно двигается. Однако чрезмерная активность тоже вредна, так как малыш глотает холодный воздух, а также потеет, что может спровоцировать болезнь.

Непоседа, егоза

Ваш ребенок не может усидеть на месте, все делает быстро. Слово с наскока, хватается сразу за несколько дел, зачастую невнимателен? Скорее всего, все это связано с тем, что ребенок холерик по темпераменту или он гиперактивный.

Понятно, что такой ребенок вызывает беспокойство и раздражение взрослых, нередко считающих, что он не хочет сосредоточенно работать, подчиняться требованиям дисциплины. Беда такого ребенка заключается в том, что он не может вести себя соответственно общим правилам поведения. К подростковому возрасту подобные проявления сглаживаются, но большинство из признаков будут сохраняться на протяжении всей жизни ребенка. Что же делать?

- Соизмерьте свои требования с его возможностями. Не предъявляйте слишком завышенных требований, которые он не в состоянии выполнить.
- Не читайте долгих нотаций – он вас просто не выслушает до конца.
- Говорите спокойно, мягко и доброжелательно.
- Четко формулируйте, что вы от него хотите. Можно, например, договориться с ребенком, что он “с сегодняшнего дня начнет ставить ботинки на место” или “будет убирать на

место учебники после приготовления уроков”. На отработку каждого из этих конкретных требований может уйти много времени (2-4 недели и больше). Однако, не отработав одного пункта, не переходите к другому. Наберитесь терпения и постарайтесь довести начатое дело до конца. Потом можно будет добиться другого требования.

- Хвалите ребенка, когда он этого заслуживает, подчеркивайте успехи.
- Помните, что занятия спортом. Подвижные игры – отличные способы избавиться от избыточной энергии.

Медлительный ребенок

Медлительность – одно из врожденных свойств темперамента, поделаться с которым ничего нельзя. Можно лишь помочь таким детям справиться с требованиями, которые предъявляете им жизнь.

Многим родителям гораздо легче все сделать за медлительного ребенка самим. И кажется, ничего страшного в этом нет. Однако к 3-4 годам получается внушительный список навыков, которые ребенок еще не освоил. И, таким образом, медлительные дети начинают отставать от сверстников в развитии. Причина этого в том, что родители не оставляют медлительным детям столько времени, сколько им надо, чтобы научиться.

Важно понимать, что каждый навык, приобретенный ребенком, имеет не только и не сколько самостоятельное значение – это один из кирпичиков, из которых складывается общее моторное развитие. Так что давайте своим копушам копать! Им это необходимо. Выделяйте для этого специальное время и настаивайте, чтобы ребенок становился самостоятельным. Время постепенно будет сокращаться. Чтобы этот процесс шел быстрее, некоторые навыки стоит потренировать отдельно и добавится автоматизма.

Малышам будет легче преодолеть свои трудности, если вы поиграете в них в специальные игры.

“Зеркало”: то ребенок повторяет за вами движения, то вы за ним.

“Моталочка”: к концу веревки привязаны палочки. Участники с двух сторон начинают наматывать веревку на палочку – кто больше наматывает, тот и выигрывает. Другой вариант: веревка привязывается к поясам играющих. Участники кружатся и наматывают ее на талию.

“Бумажный шарик”: упражнение на мелкую моторику рук: у кого получится плотнее скатать шарик из бумаги, тот и выиграл.

Вот задания на развитие внимательности.

“Запрещенные движения”: ребенок повторяет все действия за взрослым, но не должен повторять какое-то одно движение, например, поднимать руки вверх.

“Все наоборот”: ребенок должен делать движения, противоположные тем, что делает взрослый: взрослый поднимает руки – ребенок опускает, взрослый встает на цыпочки – ребенок приседает и и.д.

Дети и деньги

Говорить с детьми о деньгах надо. Однако следует в этом вопросе учитывать важную составляющую – индивидуальную особенность ребенка. Одни детишки взирают на жизнь легко и просто, а другие исполнены постоянного беспокойства. Одни выданную родителями сумму бегут менять на мороженое, а другие складывают в копилку. Одни готовы одарить своих друзей всем подряд, а у других от одной мысли о возможных расходах портится настроение.

Присмотритесь, не игнорирует ли ваш ребенок собственные нужды, чтобы только не расстаться с деньгами. Когда вы регулярно даете ему суммы на карманные расходы, а он упорно избегает их тратить, возможно, кто-то в семье перегнул палку в вопросах бережливости. Может, бабушка каждый раз, вернувшись с рынка, сокрушалась по поводу возросших цен на продукты. Или ребенок стал свидетелем разговором о дороговизне жизни, которые для взрослых служат времяпрепровождением, а детьми воспринимаются со всей серьезностью. Все это может подтолкнуть ребенка к выводу, что главная жизненная цель – удержаться от трат. И если вы не хотите, чтобы ваш ребенок вырос скупым и тревожным, научитесь сами легче относиться к деньгам.

Кроме того:

- Проследите, чтобы ваш ребенок отдавал своим друзьям примерно столько, сколько получаете от них;
- Если заметите, что он часто “забывает” принести куда-либо условленную сумму, подарок, дать взаймы товарищу, не оставляйте это без внимания;
- Важно с малых лет приучить детей к мысли, что любой долг – это долг чести.

Совсем с другими проблемами сталкиваются родители детей – потенциальных транжир. Этим детишкам как раз не помешает получше узнать, что почем. Расскажите ребенку, как важно

правильно распределить имеющиеся деньги. Старайтесь не давать маленькому растратчику суммы, которые предназначены на большой период времени. Но и разбивать их на ежедневные порции не стоит, иначе как он научится планировать расходы? Оптимальная периодичность выдачи карманных денег – 1-2 раза в неделю. А что делать, если ребенок тут же пустил их на ветер? Без этого опыта тоже никуда. Главное – сами не кидайтесь ему на выручку. Пусть потерпит до “зарплаты”. Конечно, ходить без денег грустно и унижительно. Но такова суровая правда жизни. И лучше усвоить ее в детстве.

Материалы подготовлены педагогической лабораторией НОУ «Академия родительского образования»

Составитель: Кузнецова Е.,
студентка ГОУ СПО «Пермский краевой колледж «Оникс»