

## В помощь родителям

Родителям следует уделять больше внимания интеллектуальному развитию ребенка. Расширять представления об окружающем мире, обогащать словарный запас. Использовать чтение книг, настольнопечатные игры с правилами, настольно-дидактические игры. Осуществлять комплексную подготовку к школьному обучению, в том числе - формирование позиции школьника (беседы, сюжетные игры в школу, чтение книг, фиксация на привлекательности учебной деятельности, обсуждать правила школьной жизни).

Взрослым исключить гиперопеку, учитывать интересы и потребности ребенка, в конфликтных ситуациях достигать компромисса. Использовать специальные воспитательные ситуации, способствующие проявлению активности, инициативы и самостоятельности.

- установите твердый распорядок дня для ребенка и всех членов семьи;
- чаще показывайте ребенку, как лучше выполнить задание, не отвлекаясь;
- снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком задания;
- оградите ребенка от длительных занятий на компьютере и просмотра телевизионных передач; за 2 часа до сна должно быть ограничение просмотра телевизионных передач;
- соблюдайте необходимую продолжительность ночного сна (10-12 часов), рациональное питание, обязательные прогулки и помните, что переутомление способствует ухудшению психофизического состояния и снижению познавательной активности.

### *Рекомендации по изменению поведения взрослого и его отношения к ребенку:*

- стройте взаимоотношения с ребенком на взаимопонимании и доверии;
- выслушайте то, что хочет сказать ребенок;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку;
- контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил;
- не давайте ребенку категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя»;
- реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите действия ребенка, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного и т.д.);
- не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок;
- для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию;
- проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании;
- помните, что чрезмерная болтливость, подвижность и недисциплинированность не являются умышленными;
- избегайте, с одной стороны, чрезмерной мягкости, а с другой – завышенных требований к ребенку;
- повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз;



### *Рекомендации по изменению психологического микроклимата в семье:*

- создавайте воспитательные ситуации, способствующие развитию активности, самостоятельности и инициативы;
- оказывайте эмоциональную поддержку ребенка при затруднениях;
- проводите досуг всей семьей;
- не допускайте ссор в присутствии ребенка.

***Рекомендации по специальной поведенческой программе:***



- чаще хвалите ребенка, повышайте его самооценку;
- постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;
- не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям;
- не давайте одновременно несколько указаний; задание, которое дается ребенку с нарушенным вниманием, не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких звеньев;
- в коррекции поведения ребенка большую роль играет методика «позитивной модели», заключающаяся в постоянном поощрении желательного поведения и игнорирования нежелательного. Необходимым условием успеха является понимание проблем своего ребенка родителями.

- не прибегайте к физическому наказанию! Если есть необходимость прибегнуть к наказанию, то целесообразно использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения поступка;
- помните, что вслед за понесенным наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление, знаки «принятия». В коррекции поведения ребенка большую роль играет методика «позитивной модели», заключающаяся в постоянном поощрении желательного поведения и игнорирования нежелательного. Необходимым условием успеха является понимание проблем своего ребенка родителями;
- составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на некоторые виды работ;
- постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком;
- не давайте ребенку поручений, не соответствующих его уровню развития, возрасту и способностям;
- помогайте ребенку приступить к выполнению задания, так как это самый трудный этап.

Составил педагог-психолог Коломоец А.Б.