|  |
| --- |
| **Как побороть застенчивость у ребенка?** |

|  |
| --- |
| Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей |
| застенчивость, побороть*Наш сын очень застенчивый. В школе он боится отвечать и выходить к доске, из-за чего получает плохие оценки. Ему удобнее сделать вид, что он ничего не знает, чем выступить перед классом. Хотя он готовится ко всем урокам. Как помочь ему справиться со стеснительностью и застенчивостью?Марина Шабохич, Речица***Невелика беда?**По статистике, застенчивостью в разные годы обучения страдают 42% школьников. Обычно такие дети начинают сторониться незнакомых сверстников и взрослых еще в садике. Они не подходят к другим детям, боятся принимать участие в играх, стесняются обращаться к педагогам.Многие родители уверены, что застенчивость - возрастная штука. Мол, постепенно пройдет. Но опыт показывает, что без посторонней помощи дети не справляются с этой чертой характера и вступают с ней во взрослую жизнь, зачастую оказываясь полностью изолированными от общества.Также не стоит списывать проблему на темперамент. Застенчивость — это социальное явление. Так что корни проблемы стоит искать в ближайшем окружении.**В плену страха**Стеснительность возникает, когда ребенок концентрируется на том, что думают о нем окружающие, в первую очередь незнакомые люди. Он боится, что не угодит чужим ожиданиям и будет отвергнут. Напряжение отражается на его физиологическом состоянии. Он краснеет, говорит сбивчиво и быстро, становится неуклюжим.**4 причины застенчивости**К такому поведению более чувствительные и впечатлительные дети, которые остро реагируют на любые перемены и конфликты. Поэтому любое неосторожное слово или неприятная ситуация может заставить их замкнуться в себе.Часто такие дети вырастают в семьях, где родители пытаются постоянно контролировать их поведение.Лишаясь свободы, ребенок теряет уверенность в себе и самостоятельность.Бесконечная критика тоже причина формирования застенчивости. Когда детей критикуют слишком часто, они перестают делать что бы то ни было, чтобы не совершать ошибок и не подвергаться давлению. Сложнее, если критикующие родители еще и сравнивают ребенка с более успешным братом или другом.И, наконец, дети могут просто копировать поведение родителей. Если в семье застенчивый отец или мать, то у ребенка просто не будет образцового примера, символизирующего уверенность в себе.**Алгоритм действий**Чаще говорите ребенку о своей любви к нему, обнимайте его и хвалите даже за мелкие достижения.Не контролируйте любое действие малыша и не выстраивайте спартанскую систему правил. Будьте терпимы, помогайте, если требуется.Чаще демонстрируйте уверенность в присутствии детей. Не замыкайте вашу семью в четырех стенах.Признавайте свои ошибки. Это покажет малышу, что любой человек ошибается и что сам ребенок тоже имеет право на ошибку.Ни с кем не сравнивайте малыша и не навешивайте на него ярлыки. Если он стесняется в присутствии незнакомых людей, дайте ему время освоиться и не обсуждайте ни с кем его стеснительность.Способствуйте самовыражению ребенка, особенно когда он боится этого в общении. Кружок по интересам, творчество — все это поможет ему познать самого себя и избавит от стеснительности. Психологи Дмитрий Герасимов и Татьяна БандикИсточник: Добрый сосед, №18, 2014 г

|  |
| --- |
| **5 важных вещей, которым нужно научить ребенка** |

|  |
| --- |
| Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей |
| жизненная мудростьРебенок должен понять, как ему жить и чем заниматься в жизни. И помогут в этом элементарные вещи, которым научить ребенка должны родители.**1. Любить себя**Все говорят о том, что нужно любить себя, но не многие следуют этим словам. Чтобы ребенок начал любить и ценить себя, необходимо окружить его заботой, вниманием и добротой.**2. Не бояться ошибок**Каждый человек ошибается, это нормально. Важно объяснить ребенку, что на ошибках нужно учиться, а не повторять их. Можно рассказать малышу о своих ошибках, о том, почему они были допущены и как их можно исправить.**3. Общаться с людьми**Навыки общения подразумевают не просто умение говорить с кем-то, но и знакомиться с новыми детьми. Ребенок должен научиться правильно выражать свои мысли, понятно изъясняться. Все это очень пригодится ребенку в будущем.**4. Уважать других**Лучший пример для ребенка -его родители. Если ребенок будет видеть, как родители в его присутствии говорят о других в неуважительном тоне, он будет так же относиться к окружающим. Вместо этого родители должны объяснить ребенку, что окружающих нужно уважать.**5. Ценить то, что имеешь**Люди часто не ценят то, что имеют, поэтому необходимо с детства объяснить ребенку, что он должен научиться ценить каждую секунду, все мелочи, начиная от подаренных вещей и заканчивая близкими людьми. |

 |
| **Ребенок не хочет делать уроки** |

|  |
| --- |
| Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей |
| готовим урокиЧто делать, чтобы ребенок готовил уроки с удовольствием?***Надо  переключиться.***Не  нужно   гнать  ребенка за письменный стол сразу после возвращения из школы. Дайте ему время отдохнуть и переключиться. Обычно на это нужно от 1 до 2 часов. В этот промежуток можно пообедать, поиграть, погулять на улице.***В один и тот же час.***Лучшее время для подготовки домашних заданий с 15 до 18 часов. Это должно стать ежедневным ритуалом. Каждые полчаса следует делать десятиминутный перерыв, иначе дети теряют концентрацию.***Вначале нужна поддержка.***Ребенок сам не способен организовать свою учебную работу. Поэтому в течение 2 лет ему должны помогать родители. Будьте поблизости. Проверяйте уроки, дайте понять, что он может обратиться за помощью. Так он обретет веру в свои силы и избавится от беспокойства.***Никакого давления.***Случается, что ребенок никак не может справиться с заданием. Не нужно давить на него или засиживаться за уроками. Можно вернуться к задачке позже.***Посторонняя помощь.***Важно налаживать дружеские отношения с учителями. Они посоветуют, как помогать ребенку в учебе дома и предупредят, если он начал отставать и нуждается в дополнительных занятиях. |