

Родительское собрание в старшей группе «Солнышко»
МБДОУ «Детский сад «Радуга»

Секреты психологического здоровья

Воспитатель: Л.В. Землякова

- 
- По определению Всероссийской организации здравоохранения, «здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

- Невротические состояния проявляются в эмоциональных срывах, неустойчивости поведения, агрессивности или же вялости, апатичности. Они связаны иногда с плохим самочувствием, усталостью или с конкретной эмоциогенной ситуацией (отобрали любимую игрушку, обидели). Разрешается ситуация, поправляется здоровье, и нежелательные проявления проходят. Однако дети с подобными реакциями входят в группу риска, у них может развиваться невроз;

- Гиперактивность с нарушением внимания - носит характер синдрома, то есть целого блока специфических проблем. Дети подвижны, расторможены, импульсивны, у них недостаточно развиты процессы внимания, им трудно сосредоточиться, снижена работоспособность, повышена утомляемость, плохо развиты движения руки. Такие дети, несмотря на достаточно высокий уровень способностей, плохо учатся, постоянно конфликтуют со сверстниками, им невыносимо трудно что-либо делать совместно с другими.

Рекомендации по совместной деятельности родителей с детьми

- сыграйте для ребенка какую-нибудь роль из его любимого произведения, пригласите ребенка присоединиться, но не настаивайте на его участии;
- спойте вместе детскую песенку;
- проговорите детские считалочки;
- имитируйте вместе танцы животных (кенгуру, лягушки и других);
- постройте вместе домик из песка или конструктора;
- почитайте вместе книжки;
- послушайте вместе аудиокассеты с записями детских произведений;
- поиграйте в подвижную игру.

Причины «плохого» поведения ребенка и стратегии поведения родителей

ПРИЧИНА	В ЧЕМ ПРОЯВЛЯЕТСЯ	В ЧЕМ ОШИБКА РОДИТЕЛЕЙ	ТАКТИКА РАЗРЕШЕНИЯ КОНКРЕТНОЙ СИТУАЦИИ	СТРАТЕГИЯ ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ В ЦЕЛОМ
НЕДОСТАТОК ВНИМАНИЯ	<i>Ребенок назойливо пристаёт с бессмысленными вопросами</i>	<i>Ребенку уделяется слишком мало внимания</i>	<i>Спокойно обсудите с ним проступок и выскажете свое недовольство</i>	<i>Выделите время в течение дня для общения</i>
БОРЬБА ЗА ВЛАСТЬ	<i>Ребенок часто спорит и проявляет упрямство (вредничает) Часто лжёт</i>	<i>Ребенка слишком контролируют (психологически давят)</i>	<i>Уступите Попробуйте предложить компромисс</i>	<i>Не пытайтесь его победить Предложите выбор</i>
МЕСТЬ	<i>Ребенок грубит Жесток по отношению к слабым Портит вещи</i>	<i>Мелкое, незаметное унижение («отстань! Ты еще маленький!»)</i>	<i>Проанализируйте, в чем кроется причина брошенного вызова</i>	<i>Не мстите ему сами в ответ Старайтесь наладить контакт</i>
УКЛОНЕНИЕ	<i>Ребенок отказывается от любых предложений, ни в чем не хочет участвовать</i>	<i>Чрезмерная опека Родители делают все за ребенка</i>	<i>Предложите компромиссное решение</i>	<i>Поощряйте и хвалите ребенка на каждом этапе</i>

Не наказывать? А что же делать?

- Можно попробовать организовать все так, чтобы ребенка не было причин наказывать. Но если все же не получается и возникают конфликты, существуют проверенные методы воздействия, не связанные ни с насилием, ни с манипуляцией.
- Если ребенок отказывается что-то делать (например, вы попросили его убрать в детской), скажите ему, что тогда вам придется делать это самой и вы не успеете почитать ему книжку.
- Если ребенок сделал что-то не так, поговорите с ним по душам: вспомните детство и расскажите историю о том, что совершили такую же ошибку, а потом раскаялись и исправились (тогда ребенку проще признавать свою ошибку, не боясь при этом наказания)
- Используйте метод тайм-аута. Суть его состоит в том, что в решающий момент (драка, истерика, капризы) ребенок без всяких криков и понуканий выводится (или выносится) из эпицентра событий и изолируется на некоторое время в другом помещении. Время тайм-аута (то есть паузы) зависит от возраста ребенка: считается, что оставлять ребенка одного следует из расчета «одна минута на один год жизни». Главное, чтобы он не воспринимал это как наказание.
- В конце концов вы можете «обидеться» на ребенка и на некоторое время лишить его обычного, весьма приятного для него общения, оставив только необходимый «официоз». Главное, чтобы ребенок за это время не разуверился в вашей любви.