

РАЗДЕЛ 6. ЧАСТО ВСТРЕЧАЮЩИЕСЯ ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ) ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ТИПИЧНЫЕ ПРОБЛЕМНЫЕ СИТУАЦИИ («ВЫ СПРАШИВАЛИ – МЫ ОТВЕЧАЕМ!»)

6.1. ОТНОШЕНИЯ БРАТЬЕВ И СЕСТЕР В СЕМЬЕ

Разбираемся в главном

Почему дети соперничают друг с другом?

Как снизить конкуренцию между детьми в одной семье?

Почему старший ребенок не уступает младшему?

Как научить братьев и сестер дружить друг с другом?

Надо ли родителю регулировать все отношения между
детьми в семье?

Основные понятия

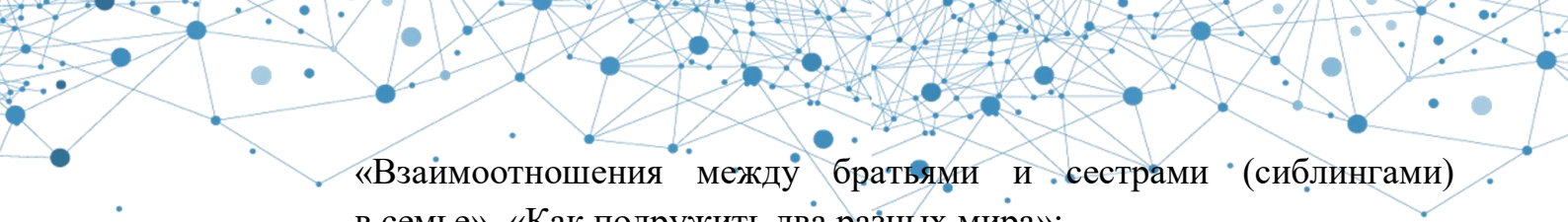
Сиблинги – дети одной семьи (братья и сестры).

Соперничество – борьба с кем-либо в стремлении добиться той же цели и быть равного достоинства и равных результатов.

Зависть – чувство досады, вызванное успехом и благополучием другого.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *семинар с элементами тренинга*: «Чтобы братья были друзьями»;
- *дискуссии*: «Братья и сестры – откуда столько вражды»;
- *тематические консультации*: «Взаимодействие братьев и сестер внутри семейных отношений», «Конфликты между братом и сестрой: что делать родителям и как себя вести», «Понимаем ли мы друг друга?», «Отношения между братьями и сестрами»,



«Взаимоотношения между братьями и сестрами (сиблингами) в семье», «Как подружить два разных мира»;

- *анкетирование: «Дружна ли ваша семья?»;*
- *создание фотоисторий на основе цифровых повествований.*

Проблема взаимодействия детей в семье имеет древние корни и описана множество раз со времен первого библейского конфликта. Предметом соперничества детей между собой в семье является родительская любовь, родительское внимание и совместное время. Важно помнить, что дети пришли в семью не одновременно, да еще и обладают разными характером, темпераментами, особенностями развития.

Переживая появление сиблинга, старший ребенок часто начинает борьбу со своим братом или сестрой, стараясь превзойти его и вернуть родительское одобрение и любовь полностью. Желание в чем-то превзойти других – одна из распространенных реакций ребенка на окружение. Соперничество, по сути, может отражать попытку ребенка найти замену любви.

Конкурентные отношения между детьми в одной семье, как правило, имеют прямое или косвенное поощрение со стороны родителей. Одним из механизмов такой поддержки является повышенное внимание и любовь родителей к ребёнку, преимущественно в качестве награды за какие-либо достижения. Например, когда ребёнок хорошо учится в школе или слушается старших.

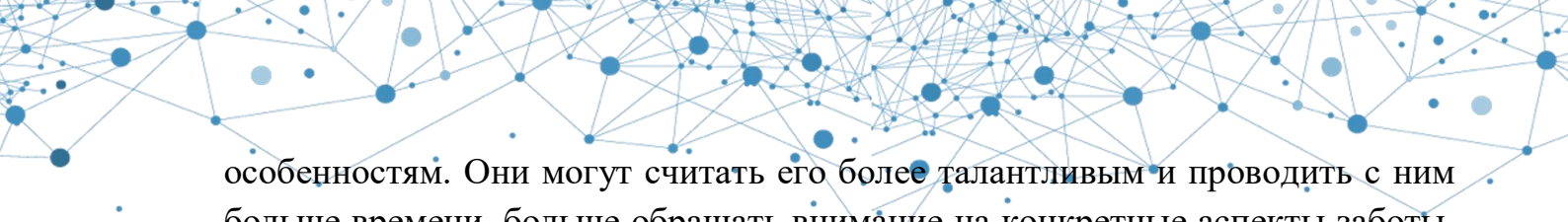
Соперничество между детьми особенно усиливается, если родители начинают сравнивать своих детей. Вот три наиболее болезненные для детей сферы сравнения: внешность, умственные способности, физические данные.

Во-первых, дети становятся чрезвычайно чувствительными, когда дело касается их физических данных. Ощущение своей привлекательности является одним из первых и базовых компонентов самооценки для дошкольников.

Во-вторых, дети также чувствительны к вопросу об умственных способностях. Нередко можно услышать такое высказывание: «Наш старший гораздо лучше учится, чем младший» или «Саша опять получил пятерку, бери с него пример!». В такой ситуации ребенок, которому все время ставят в пример его брата или сестру, неизбежно начнет испытывать исключительно негативные эмоции в адрес сиблинга.

В-третьих, в дошкольном возрасте, особенно между мальчиками, существует соперничество в связи с физическими данными: ловкостью, скоростью, силой.

Еще одной причиной возникновения соперничества может быть ситуация, когда родители выделяют одного ребенка по каким-то



особенностям. Они могут считать его более талантливым и проводить с ним больше времени, больше обращать внимание на конкретные аспекты заботы, например, питание. Пристрастное отношение может формироваться и к больному ребенку, ребенку с особыми потребностями, на основании возраста или других отличий. Второй ребенок при этом чувствует себя ненужным.

Эффективные средства преодоления sibлинговой конкуренции и конфликтности

1. Уделять достаточное количество внимания каждому из детей в соответствии с его возрастом и индивидуальными потребностями. Количество и качество внимания должны определяться именно потребностями конкретного ребенка, а не стремлением добиться абсолютного равенства. Одному ребенку важно почитать книгу, а другому – устроить возню.

2. Не сравнивать детей между собой. И в целом не ставить любовь в зависимость от достижений детей.

3. Организовывать реальную совместную деятельности для всей семьи и для sibлингов, где вклад каждого ребенка будет важен.

4. Не стараться примирять детей и выступать как третейский судья, так как практически невозможно разобраться в первопричинах. Родителям важно не бежать спасать младшего ребенка, так как младшие дети на правах более слабых ждут, что родители примут их сторону и не колеблясь вступают в конфликт со старшим, начиная сразу громко кричать или плакать.

5. Дать право выражать свои чувства социально приемлемым способом.

6. Понимать, что конфликт между детьми – это тоже способ привлечения внимания, пусть и негативного. Ради родительского внимания дети готовы пойти на многое.

7. Вводить универсальные правила взаимоотношений в семье, где агрессия, например, не допускается никому, ни взрослым, ни детям.

8. Укреплять детскую подсистему в семье, предъявляя ожидания или требования, которые относятся ко всем детям. Даже если дети в какой-то момент объединяться против родителей это будет фактором сплоченности.

9. Организовывать жизнь и развитие каждого из детей в семье в соответствии с его индивидуальными особенностями, не повторяя путь старшего ребенка, пусть даже и успешный. Дети интуитивно стремятся занять разные ниши в семье: один – интеллектуал, другой – спортсмен, третий увлечен творчеством. Таким образом дети меньше конкурируют друг с другом.

10. Поддерживать права собственности и территориальные права старшего ребенка. Если его позиции защищены, старший ребенок чувствует себя уверенно и с высоты авторитета готов уступать, делиться и заботиться о младшем. Если интересы старшего ребенка систематически ущемляются, то о внимании к младшему ребенку речь не идет.

6.2. ДЕДУШКИ И БАБУШКИ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА

Разбираемся в главном

Не слишком ли бабушки и дедушки балуют внуков?

Как много в воспитании детей можно передать бабушкам и дедушкам?

Сейчас принято воспитывать по-другому, как объяснить это бабушкам и дедушкам?

Можно ли позволять бабушкам и дедушкам вмешиваться в воспитание?

В чем роль бабушек и дедушек в воспитании внуков?

Не получится ли так, что наши дети будут больше любить бабушек и дедушек, чем нас?

Не слишком ли строгие наши бабушки и дедушки к нашим детям?

Основные понятия

Поколение – общность людей, которые объединены границами возраста и общими условиями становления в конкретный период истории.

Прародители – общее название для бабушек и дедушек.

Предшествующее поколение традиционно называют *прародителями*.

Многопоколенная семья – семья, в которой совместно проживает несколько поколений (например, прародители, родители, дети).

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *родительское собрание*: «Воспитательная роль бабушек и дедушек в семье»;
- *видеопрезентация*: «Мы с бабушкой и дедушкой лучшие друзья»;
- *серия мастер-классов*: «Золотые руки бабушки моей»;
- *этнопосиделки*: «Бабушка рядышком...»;

- *тематическое кафе для бабушек и дедушек*: «Бабушки и дедушки-хранители семейных ценностей», «Воспитание поколений»;
- *совместные досуги с участием бабушек и дедушек*: «Традиции старшего поколения», «Игры наших бабушек и дедушек»;
- *консультации и тематические аудиозаписи*: «Роль бабушки и дедушки в современном семейном воспитании», «Наши бабушки, наши дедушки»;
- *создание фотоисторий на основе цифровых повествований*.

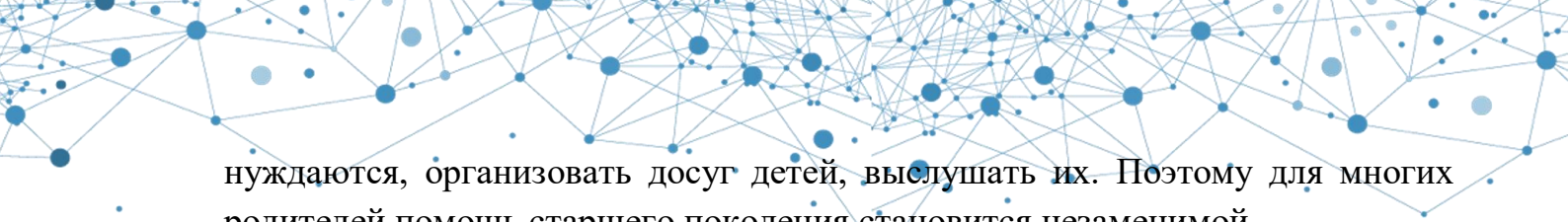
Ключевое воздействие на становление личности детей могут оказывать не только родители, а также бабушки и дедушки – старшее поколение. Они активно принимают участие в обучении и воспитании своих внуков, проводят с ними свободное время, занимаются их досугом, оказывают положительное влияние на их социализацию, транслируя семейные ценности значимые для общества, являются живыми примерами истории.

Роль прародителя в воспитании детей дошкольного возраста в семье принципиально важна, но в современных реалиях часто снижается по разным причинам: все большее стремление семей проживать на отдельной жилплощади, стремительный рост сферы услуг дополнительного образования для дошкольников, которая берет на себя организацию досуга, развития и обучения детей. При этом участие прародителей в воспитании ребенка несет в себе множество позитивных моментов.

Рассказы прародителей о событиях и опыте прошлого служат проводниками для ребенка в понимании различий условий жизни каждого поколения. Тесный контакт ребенка с бабушками и дедушками эмоционально обогащает родственные связи, укрепляет семейные традиции, налаживает преемственность между поколениями.

Взаимоотношения старшего поколения и внуков часто бывает менее конфликтным, чем взаимоотношения родителей и детей. Имея уже прожитый и осмысленный опыт воспитания, прародители готовы транслировать его на воспитание внуков. Прародители охотно применяют в воспитании народную педагогику, формируют у внуков нравственные основы личности через народные сказки, колыбельные, пословицы и поговорки.

Часто родителям, особенно молодым, в силу профессиональной занятости и общего быстрого ритма жизни не хватает времени на общение с детьми. Также отсутствие опыта воспитания может способствовать допущению различных ошибок в воспитании детей. Частично эти сложности перекрываются общением прародителей и внуков. Бабушки и дедушки относятся к внукам иногда даже внимательнее, чем родители. Они имеют возможность дать детям то постоянное внимание, в котором те часто



нуждаются, организовать досуг детей, выслушать их. Поэтому для многих родителей помощь старшего поколения становится незаменимой.

В процесс воспитания внуков охотно включаются не только бабушки, но и дедушки. В то время, когда их дети были маленькими, отцы, как правило, много времени проводили на работе, полагаясь в воспитании на мать ребенка. Теперь же они осознают свои возможности и потребности и могут их реализовать на внуках.

Общение внуков с прародителями является необходимым для обоих поколений. Общение с внуками и участие в их воспитании помогает поддерживать положительное эмоциональное состояние у старшего поколения, ощущать свою нужность и значимость.

Родители рассчитывают на старшее поколение семьи в решении вопросов закаливания, реабилитации после болезни, профилактики заболеваний, питания, формирования гигиенических привычек, организации сна, прогулок и игр на свежем воздухе. Значимым для родителей является и влияние старшего поколения на познавательное-речевое развитие ребенка (знакомство с историей, чтение книг, обучение чтению и математике, рассказы о своем детстве, истории страны, о своих личных достижениях).

Однако участие прародителей в жизни семьи может быть осложнено скрытым или явным соперничеством в воспитании детей. Как родители, так и старшее поколение семьи внимательно присматриваются к выполнению воспитательной роли друг друга, с определенной долей субъективизма оценивают вклад каждого в воспитание, корректируя воздействие на ребенка других участников семейного коллектива. Подобная ситуация расшатывает прочность института семьи и оказывает отрицательное влияние на воспитанность детей. В такой ситуации дети могут быть свидетелями конфликтов, находиться в эмоционально неблагоприятной атмосфере, учиться подстраиваться и манипулировать взрослыми.

Недопонимание между родителями и прародителями в первую очередь отражается на детях. Родители отрицательно относятся и стремятся с разной степенью деликатности оградить детей от излишней строгости бабушек и дедушек, авторитарности, несправедливых замечаний и требований, а также от гиперопеки, подавления самостоятельности, заступничества, снятия любых запретов, подчинения прихотям ребенка. Вызывает неприятие родителями и вседозволенность, попустительство, чрезмерное баловство, которое допускают бабушки в общении с ребенком. Поэтому так важно, чтобы родители и прародители понимали роль каждого в воспитании детей, умели строить диалог, договариваться между собой, искать компромиссы в стилях воспитания и воспитательном воздействии на детей.

6.3. ПООЩРЕНИЯ И НАКАЗАНИЯ В СЕМЬЕ

Разбираемся в главном

Можно ли обойтись без наказаний в воспитании?
За какие проступки можно и нужно наказывать?
Почему ребенок не меняет свое поведение в ответ на наказание?
Как требовать от ребенка соблюдения указаний и оставаться для него хорошим родителем?
Какие поощрения являются эффективными?
За что и как часто нужно хвалить ребенка?
Можно ли поощрять игрушками или любимыми сладостями?
Если возникает необходимость наказать ребенка, как сделать это так, чтобы ребенок понял смысл проступка и наказания?

Основные понятия

Наказание – мера воспитательного воздействия, применяемая к ребенку за какую-либо вину или проступок, метод торможения негативных проявлений ребенка с помощью отрицательной оценки его поведения.

Поощрение – мера педагогического воздействия, выражающая положительную оценку педагогами или родителями поведения и деятельности детей и побуждающая их к дальнейшим успехам.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *родительское собрание*: «Методы поощрения и наказания ребенка в семье»;
- *семинар-практикум*: «Искусство хвалить»;
- *семейный праздник*: «Мы умеем дружно жить»;
- *лекторий для родителей*: «Предупреждение жестокого обращения с детьми дошкольного возраста»;
- *тематические консультации и аудиозаписи*: «Предупреждение жестокого обращения с детьми дошкольного возраста», «Можно ли наказывать ребенка?»;
- *педагогическая гостиная*: «Поощрения и наказания в семье: вред или польза?», «Можно ли обойтись без наказания?», «Наказать нельзя помиловать», «Понимаем ли мы друг друга».

В процессе развития и социализации ребенок усваивает различные правила: как и что правильно делать (рисовать, играть в настольные игры,

решать познавательные задачи, строить из кубиков, лепить, клеить и вырезать из бумаги и др.), как себя вести дома или в общественных местах. И взрослые естественным образом реагируют на то, как ребенок справляется с выполнением этих правил, – поощряют или наказывают его, способствуя, тем самым, усвоению необходимых норм деятельности и поведения.

От того, насколько адекватной и точной будет реакция взрослых на действия ребенка, зависит степень и характер влияния на его развитие. Взрослым важно помнить, что сильные эмоциональные реакции (не важно, положительные или негативные) лучше сдерживать. Если это сложно сделать, то лучше немного отложить свою оценку действий и поступков ребенка.

Методов и форм наказания в арсенале взрослых довольно много. Среди них есть такие, которые рекомендуется не применять в отношении дошкольников: они не принесут положительного результата. А вот последствия для ребенка не только не способствуют его развитию, но и приводят к ухудшению отношения к взрослому. У детей часто возникает страх, высокая тревожность, снижается инициативность и активность, не развивается самостоятельность. Дети нередко переживают чувство унижения, отверженности и нелюбви со стороны родителей. Применение подобных видов наказания способствует развитию лживости и агрессивности, появлению негативизма и протестных реакций и т.д.

Неэффективные наказания

- *физические (телесные) наказания;*
- *словесное выражение агрессии* (порицания, упреки, ворчливость, осуждение, прямая и косвенная негативная оценка личности ребенка, даже гнев, крик, ярость);
- *ограничение активности ребенка* (поставить в «угол», запереть в комнате, посадить на стульчик и не разрешить вставать, лишить прогулки, запретить играть и т.п.);
- *лишение родительской любви* («Я тебя больше не люблю», «Ты мне не нужен» и т.п.);
- *принуждение к действию* (взрослый любыми способами заставляет ребенка совершить желаемое действие, не объясняя при этом причин и не обосновывая необходимости совершения этого действия).

Эффективные наказания

Но есть такие виды наказания, которые эффективны и при правильном применении взрослыми могут способствовать освоению ребенком необходимых правил поведения и выполнения деятельности. Необходимо четко (но не слишком эмоционально) продемонстрировать ребенку, что наказание связано только с невыполнением или нарушением правил:

- *лишение благ и привилегий* (материальных благ, сладкого, просмотра передач, привлекательных занятий, отказ в покупке игрушек, интересной поездке).

Важно! Действенность этого вида наказания определяется степенью значимости для ребенка того блага или той привилегии, которой он лишается.

- *внушение чувства вины* (формирование у ребенка представления о том, что он совершил недостойный в моральном отношении поступок);
- *наказание естественными последствиями* (в случае причинения ущерба ребенок обязан сам исправить: разлил – убрал, получил двойку – исправил, разорвал что-то – сам зашил и т.п.);
- *отложенный конфликт* (предполагает наличие паузы между проступком ребенка и ответной реакцией взрослого);
- *логическое объяснение и обоснование* (ориентировка ребенка в последствиях его поступка для окружающих людей или действия для достижения результата);
- *блокирование нежелательного действия* (прерывание действия ребенка) применяется в ситуациях, когда поведение ребенка представляет угрозу для него самого, окружающих людей, сохранности материальных или духовных ценностей.

Поощрения

Благополучное развитие ребенка, его социализацию невозможно строить только на наказаниях. Больше, чем наказаний, в воспитании ребенка должно быть поощрений. Их не бывает слишком много, но, как и наказания, их необходимо использовать эффективно. К сожалению, репертуар поощрений значительно меньше:

- похвала должна быть продуктивной и адекватно отражать успехи и достижения ребенка. Она способствует формированию у ребенка системы критериев оценки собственных действий и поступков;
- *ласка* (эмоциональное положительное отношение, которое взрослый выражает действием или словами в отношении ребенка);
- *материальное поощрение* (подарки, награды);
- *совместная деятельность* (совместная игра с ребенком, предложение принять участие в привлекательном занятии вместе с взрослым и др.).

Важно! Ласку, материальное поощрение и совместную деятельность нельзя связывать жестко и только с успехами и достижениями ребенка.

Есть еще один вид поощрения, но желательно, чтобы оно выступало как оценка самостоятельности и взросления ребенка, признание достаточного уровня компетентности, а не «награда» за конкретное действие или поступок.

Это – *разрешение активности ребенка* (расширение его прав и возможностей действия).

Поощрения могут оказывать ощутимое положительное влияние на развитие личности ребенка. Для этого взрослым необходимо сделать их собственным правилом воспитательной системы: поощрение не только связывается с конкретным поступком или действием, но и мотивирует ребенка к проявлению инициативности, самостоятельности, творчеству, создает атмосферу принятия ребенка и подтверждения его значимости и самооценности как личности.

6.4. РАЗВОД В СЕМЬЕ

Разбираемся в главном

Как объяснить детям, что развод не означает, что мы перестали их любить?

Ребенок видит наши ссоры и отчуждение. Какой вред это может принести ребенку?

После развода ребенок начал часто болеть. Почему так происходит?

Я хочу запретить детям общаться с супругом / супругой. Правильно ли я поступаю?

Ребенок напоминает мне супругу / супруга, я сильно раздражаюсь и начинаю срываться на нем. Как это исправить?

Как уменьшить негативное влияние развода на жизнь детей?

Основные понятия

Развод – официальное прекращение (расторжение) действительного брака между живыми супругами.

Повторный брак – брак, который вступает в силу после прекращения предыдущего брачного союза, например, в результате развода или вдовства.

Психосоматические проявления – болезни, расстройства и симптомы, которые возникают у детей из-за психического состояния, вызванного в данном случае разводом родителей.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- книжная выставка, буклет: «Правила поведения родителей с ребенком в стадии развода»;
- памятка: «Как помочь ребенку пережить развод родителей»;

- *семинары–практикумы*: «Влияние внутрисемейных отношений на формирование личности ребенка», «Благополучие вашего ребенка»;
- *индивидуальные консультации*: «Как говорить с ребенком о разводе?», «Развод – это серьезно», «Мама или папа?».

На возникновение нарушений социального и психосоматического характера, детскую невротизацию серьезное влияние оказывает такой фактор как распад семьи.

Если развод для взрослых – это болезненное, малоприятное, порой драматическое переживание, на которое при этом они все же решаются сами, то для ребенка расставание родителей – это нарушение среды обитания. Семья удовлетворяет самые главные психологические потребности ребенка – в безопасности, в общении, в любви. Поэтому развод родителей – всегда травма для детей.

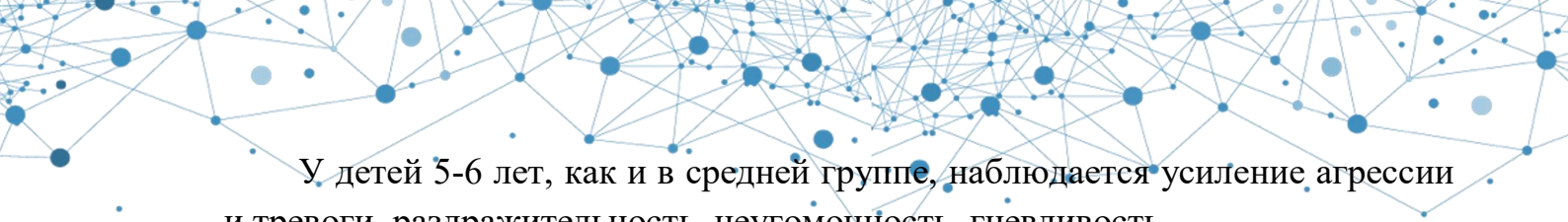
Переживания ребенка по поводу развода родителей чаще всего выражаются косвенно, отмечают исследователи. Ребенок может ничего не сказать взрослым, но поссориться со сверстниками, отказаться участвовать в празднике. Дошкольники могут перестать играть как прежде, возникают частые ссоры, обиды, жалобы на то, что с ними никто не играет, возрастает проявление агрессивности в самых разнообразных формах.

По мнению некоторых специалистов, наиболее острые переживания развод вызывает именно у детей дошкольного возраста. Многие дети из распавшихся семей, не желая мириться с реальностью, чаще играют в «дочки-матери» и другие игры, где они соединяют себя с папой и мамой. Одно из трех заветных желаний, которые называют дети дошкольного возраста из таких семей, связано с тем, чтобы дети имели папу и маму.

Реакции детей на развод могут принимать самые разные формы: изменение поведения (замкнутость, подавленность или, наоборот, расторможенность, агрессивность), ослабление иммунитета, возникновение различных соматических заболеваний, изменение пищевого поведения, ночные страхи, энурез, энкапрез и другие негативные проявления как с физической, так и с психологической стороны личности.

Дети 2,5-3,5 лет реагируют на распад семьи плачем, расстройством сна, повышенной пугливостью, снижением познавательных процессов, проявлением неопрятности, пристрастием к собственным вещам и игрушкам.

Дети 3,5-4,5 лет обнаруживают повышенную гневливость, агрессивность, переживания чувства утраты, тревожность. Экстраверты делаются замкнутыми и молчаливыми. У части детей наблюдается регрессия игровых форм. Для детей этой группы характерно проявление чувства вины за распад семьи.



У детей 5-6 лет, как и в средней группе, наблюдается усиление агрессии и тревоги, раздражительность, неугомонность, гневливость.

По мнению ряда исследователей, невротизирующие реакции во многом порождаются, а затем и закрепляются по причине неправильного поведения родителей. Внутренняя дисгармония взрослых в период развода и в послеразводном кризисе накладывает отпечаток на воспитание ребенка. Не всегда будучи в состоянии контролировать собственные переживания, родители изменяются и в отношении к ребенку: кто-то видит в нем причину распада семьи и, не стесняясь, говорит об этом, кто-то настраивает себя на то, чтобы всецело посвятить себя воспитанию ребенка, кто-то узнает в нем ненавистные черты бывшего супруга, или наоборот, радуется их отсутствию.

Несомненно, распад семьи – тяжелое испытание для ребенка. Однако при наличии взаимного доверия в семье, отношений, построенных не только на родительской любви, но и на уважении личности ребенка, обычно формы протеста не принимают асоциальных или вредных для здоровья появлений. Постоянные конфликты в семье оказывают на ребенка более тяжелое воздействие, чем стабильная жизнь с одним из родителей. Нормальными условиями развития ребенка в семье является защита, любовь и забота близких людей, комфортная эмоциональная обстановка. Нарушения в эмоциональной и нравственной сферах ребенка, живущего в конфликтной семье, способны оказать влияние на всю последующую жизнь, приводя к трудностям в общении.

Еще одним фактором, оказывающим влияние на протекание социализации ребенка в семье, является повторный брак одного из родителей. Это событие может неоднозначно повлиять на ребенка: дети могут успешно адаптироваться к новой ситуации, но возможно и существенное ухудшение эмоциональных связей матери и ребенка.

Объективно приход в семью отчима (или мачехи) – фактор положительный. Жизнь семьи становится богаче в эмоциональном и психологическом, а часто и в материальном плане. Но семья с повторным браком одного из родителей может стать неблагополучной. Ребенок вынужден приспосабливаться к привычкам, поведению, отношению к себе со стороны нового родителя и к своей замужней матери или женатому отцу, которые до этого момента всецело принадлежали ему, а теперь любовь и внимание нужно делить с чужим человеком. При этом у ребенка еще сохраняются достаточно яркие воспоминания о втором родителе.

Таким образом, в условиях повторного брака может произойти ухудшение детско-родительских взаимоотношений, нарушение эмоциональных контактов в семье. В такой ситуации обостряются

переживания ребенка. Обеднение и формализация контактов с родителем провоцируют разные формы аффективного поведения детей, глубокие эмоциональные переживания. При этом сам родитель, поглощенный собственным эмоциональным состоянием, может не осознавать природу изменений в ребенке.

6.5. ТРЕВОЖНОСТЬ И СТРАХИ ДОШКОЛЬНИКА

Разбираемся в главном

Почему возникает тревожность у ребенка?

Что является причиной страхов у ребенка?

Какие страхи чаще встречаются в дошкольном возрасте?

Как избавиться от тревожности у ребенка?

Как бороться с детскими страхами?

Какие признаки тревожности у ребенка?

Опасны ли детские страхи?

Основные понятия

Страх – это отрицательно окрашенная эмоция, которая возникает как ответная реакция на внешний или внутренний раздражитель, представляющий опасность.

Тревога – это эпизодические проявления беспокойства.

Тревожность – это эмоциональный дискомфорт, который связан с ожиданием и предчувствием неприятных переживаний или опасности.

Фобия – это навязчивое состояние человека, при котором он испытывает постоянный, не поддающийся контролю страх.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *родительские собрания*: «Профилактика возникновения детских страхов», «Причины детской тревожности»;
- *консультации*: «Особенности проявления страхов у детей дошкольного возраста», «Как преодолеть детские страхи», «Как снизить детскую тревожность»;

- *круглые столы*: «Какие страхи бывают у мальчиков и девочек?», «Коррекция страхов и тревожности у дошкольника», «Взаимодействие с тревожными детьми», «Детские страхи – это серьезно»;
- *семейная гостиная*: «Что нужно знать о детских страхах», «Профилактика тревожности»;
- *мастер-классы*: «Метод сказкотерапии в работе с детскими страхами», «Арт-терапия в работе по снижению тревожности у дошкольников»;
- *использование медиаресурсов* (оформление тематических страниц сайта, ссылки на интернет-источники, списки литературы, тематика компьютерных игр и т.д.).

Стремительное развитие социума сопровождается ростом числа детей со страхами различного происхождения, повышенной тревожностью, неуверенностью в себе, слабой психоэмоциональной устойчивостью. Эти проблемы порождаются и усугубляются такими явлениями, как:

- неудовлетворенная потребность ребенка в отношениях с родителями;
- жесткая формализация родителями воспитательного процесса;
- регресс детской субкультуры;
- ограниченность социализации через игровые формы;
- перенасыщенность информационного пространства контентом, не соответствующим возрасту детей и т.д.

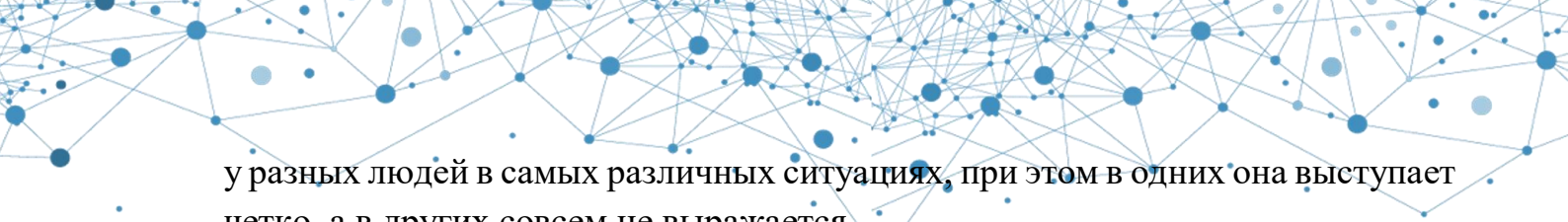
Увеличение проблем у родителей оказывает влияние на увеличение числа страхов у детей, порождая своеобразный замкнутый круг, разорвать который можно только одновременным оказанием эффективной и допустимой психологической помощи всем его участникам.

Страх – это эмоция, которая возникает в ответ на явную и определенную угрозу. Объект угрозы может быть: социально-личностным, связанным с представлениями о себе, потребностями «Я», ценностями, межличностными отношениями, положением в обществе и прочими факторами, вызывающими тревогами. С другой стороны, объект угрозы может быть «витальным», то есть жизненным, угрожающим целостности и существованию человеческого организма, что, естественно, вызывает страх.

Тревожность – это психологическая особенность, которая проявляется в склонности личности переживать сильную тревогу по относительно незначительным поводам.

Принято выделять ситуативную тревогу и личностную тревожность.

Ситуативная тревожность – это интенсивные переживания, возникающие по отношению к каким-то событиям. Она может проявляться



у разных людей в самых различных ситуациях, при этом в одних она выступает четко, а в других совсем не выражается.

Личностная тревожность – это готовность человека к переживанию страха и волнений по поводу широкого круга субъективно значимых явлений. Данный вид тревожности становится чертой человека, которая формируется и закрепляется еще с раннего детства.

Если личностная тревожность будет закреплена у ребенка в процессе становления его характера, то у него может сформироваться заниженная самооценка, а также негативное восприятие окружающего мира.

Ситуативная тревожность в свою очередь может быть адекватной (то есть возникающей своевременно под воздействием определенных негативных внешних факторов, проходящей при устранении этих факторов) или неадекватной (ситуация, когда негативных факторов уже не существует, но человек так и не выходит из состояния тревожности).

С точки зрения физиологии, собственно **тревога** проявляется в усилении сердцебиения, учащении дыхания, увеличении минутного объема циркуляции крови, повышении артериального давления, возрастании общей возбудимости, снижении порогов чувствительности. На психологическом уровне тревога ощущается как напряжение, озабоченность, нервозность, чувство неопределенности, грозящей неудачи, невозможности принять решение и др. По мере возрастания состояния тревоги, выражающие ее проявления претерпевают ряд закономерных изменений.

Оптимальный уровень тревоги необходим для эффективного приспособления к действительности. Чрезмерно высокий уровень тревоги вызывает дезорганизацию поведения и деятельности.

Тревога может быть ослаблена произвольно – с помощью активной деятельности по достижению цели или специальных психотерапевтических приемов, а также непроизвольно – в результате действия защитных механизмов психики.

Тревожность может по-разному проявляться в поведении ребенка – избегание ситуаций, вызывающих тревогу или отрицательные воспоминания, а также изменение привычного режима сна, привычек, количества потребляемой пищи и повышенное двигательное напряжение (постукивание ногой, грызение ногтей, сосание углов одеяла и подушки и т.д.).

Кроме того, тревожность проявляется и эмоционально через возникновение страха, нарушение концентрации и внимания, напряжение или нервозность, ожидание худшего, раздражительность и беспокойство.

В целом же основными факторами возникновения тревожности у детей являются:

1. недостаточная поддержка ребенка и забота о нем со стороны родителей. При этом речь идет не только о неполных или неблагополучных семьях. Дети, воспитываемые в полноценных и благоприятных семьях, также могут испытывать недостаток подобных чувств;
2. завышенные требования к ребенку;
3. неодобрительные и противоречивые запросы, которые предъявляются детям;
4. высокая тревожность родителей;
5. конфликты внутри семьи;
6. авторитарный стиль воспитания.

Детские страхи (в том случае, если их развитие происходит без отклонений) выступают одним из важнейших факторов в регулировании поведения ребенка и в целом положительно влияют на его адаптацию. Каждому возрасту присущи свои страхи, и именно они отражают реальную картину развития самосознания.

Среди реальных страхов дошкольников часто выделяются боязнь воды или огня, угроза нападения (в том числе животных), боязнь высоты и транспортных средств.

Младший дошкольный возраст (в особенности 3-4 года) является периодом возникновения внушенных страхов, которые исходят от родственников (родители, бабушки и дедушки, старшие братья и сестры), воспитателей и других взрослых, авторитет которых для ребенка безусловен. Довольно распространены случаи, когда взрослые пугают детей, совсем не принимая во внимание возможные последствия. Как правило, внушенные страхи характерны для детей, родители которых излишне импульсивны и тревожны.

Ближе к старшему дошкольному возрасту (6-7 лет) дети начинают сопереживать, пытаются планировать свои действия и предугадывать действия окружающих, что усложняет психологическую структуру детских страхов (возникают страхи социальной природы: оценка своей роли в социуме, представления о своем будущем и т.д.).

В старшем дошкольном возрасте дети впервые в жизни ощущают необратимость смерти и конечность человеческой жизни. Соответственно, страх смерти становится более выраженным, наивный период детской жизни постепенно перетекает в осмысленный.

Так как детские страхи и тревожность в дошкольном возрасте являются самой распространенной проблемой, они наиболее успешно подвергаются психологическому воздействию, потому что носят возрастной переходящий характер. Поэтому чем раньше начата работа по профилактике и коррекции

детских страхов и тревожности, тем больше вероятность их отсутствия в более старшем возрасте и развития неврозов.

6.6. БОЛЕЗНИ И СМЕРТЬ БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ

Разбираемся в главном

Как строить отношения с ребенком в семье, где есть тяжелобольной?

Может ли болезнь члена семьи отрицательно повлиять на ребенка?

Как разговаривать с ребенком о смерти?

Надо ли брать детей на похороны?

Основные понятия

Функциональная пустота – выпадение (нереализованность) каких-либо функций в семье в связи отсутствием осознания отдельных потребностей членов семьи, неспособностью удовлетворять эти потребности в связи с болезнью или смертью члена семьи.

Фрустрация – препятствие в удовлетворении потребностей, в первую очередь, базовых.

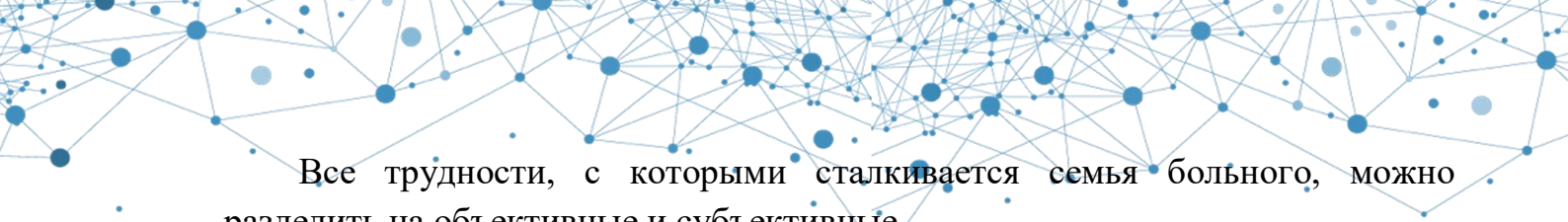
Депрессия – психическое расстройство, основными признаками которого являются сниженное (угнетенное, подавленное, тоскливое, тревожное, боязливое или безразличное) настроение, снижение или утрата способности получать удовольствие.

Ангедония – снижение или утрата способности получать удовольствие, сопровождающееся потерей активности в его достижении.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

– индивидуальное консультирование педагогами и психологом ДОО.

Наличие тяжелобольного человека является нелегким испытанием для всей семьи, в том числе и для детей. Болезнь одного из членов семьи сопровождается нарастанием эмоционального напряжения в семье и физической нагрузки у отдельных ее членов. Жалобы на нервно-психическое напряжение, неуверенность в завтрашнем дне, тревогу встречаются во всех семьях с тяжело больными людьми.



Все трудности, с которыми сталкивается семья больного, можно разделить на объективные и субъективные.

К числу *объективных* относятся возросшие расходы семьи, неблагоприятное воздействие сложившейся ситуации на здоровье ее членов, нарушения ритма и распорядка жизни семьи.

Среди *субъективных* трудностей выделяют разнообразные переживания и эмоциональные реакции в связи с болезнью одного из членов семьи: растерянность из-за частичной или полной беспомощности больного; постоянное беспокойство о будущем, связанное с неспособностью больного решать свои жизненные проблемы самостоятельно; чувство страха; чувство вины; депрессия; разочарование; фрустрация; ярость, вызванная неразрешимостью самой проблемы заболевания.

Такие реакции семьи нормальны и естественны, поскольку обусловлены чрезвычайной сложностью ситуации и невозможностью повлиять на нее. Ребенок в ситуации подобных противоречивых эмоций также начинает испытывать негативные чувства. Отрицательные эмоции у дошкольников тут же проявляются в поведении и моторных реакциях.

Так, депрессия у матери обычно ведет к агрессии у ребенка, который пытается вернуть маму к активному общению и лучше всего добивается этой цели агрессивными выпадами. Кроме того, агрессия позволяет ребенку выплеснуть собственное напряжение.

Характер влияния болезни члена семьи на ребенка связан с длительностью болезни, ее хроническим характером, особенностями поведения больного и степенью нарушения обыденной жизни семьи. Болезнь одного из членов семьи приводит к тому, что образуются функциональные пустоты. Например, обычно отец выполняет в семье ряд чрезвычайно важных семейных функций, основанием для чего служат его авторитет, личностные качества, в силу которых его поведение является «обучающим» – на его примере дети учатся, как решать различные проблемы, возникающие в ходе их взаимоотношений с окружающими. Тяжелая болезнь отца, которому требуется опека, создает «функциональную пустоту» в процессе воспитания.

Следует подчеркнуть, что наличие больного члена семьи может приводить к снижению социального статуса семьи в целом и ее отдельных членов, ограничениям для детей в контактах со сверстниками (нельзя рассказать о семье, нельзя пригласить домой).

Помощь ребенку, столкнувшемуся с тяжелой болезнью члена семьи, должна строиться в следующих направлениях.

1. Объяснить ребенку, с учетом его понимания, происходящее, факт болезни, ее причины и последствия. Объяснение должно быть понятным и



достаточно кратким, ориентируя в большей степени на действия по преодолению болезни.

2. Определить варианты компенсации, преодоления тех функциональных пустот, которые возникают в связи с болезнью члена семьи. Определить, кто из членов семьи может взять на себя дополнительные обязанности.

3. Продумать возможности и характер общения ребенка с больным членом семьи.

4. Вести с ребенком беседы, направленные на выявление потенциальных страхов, неадекватной картины мира, искаженного понимания болезни и ее последствий.

5. Поддерживать права ребенка и других членов семьи на радость, спонтанную активность, веселое времяпрепровождение.

6. Создать игровые ситуации, где ребенок мог бы осознать происходящее, в игровых повторениях понять и принять ситуацию болезни.

Смерть члена семьи – одно из самых сильных потрясений в жизни как взрослого человека, так и ребенка. Влияние этого события на ребенка определяется значимостью для него умершего, теми функциями, которые выполнял человек в семье, степенью его эмоциональной близости. Смерть родителя приводит к возникновению неполной семьи, что влечет за собой необходимость реорганизации структуры семьи (прежде всего ролевой).

Вот всего лишь некоторые неблагоприятные для детей варианты поведения родителя в связи со смертью супруга.

1. Полная концентрация на детях, поиск утешения в детско-родительских отношениях. Данная реакция может осложняться стремлением родителя найти воплощение умершего партнера в одном из детей, что впоследствии затрудняет сепарацию данного ребенка от семьи.

2. Уход родителя в собственные переживания и отстранение от семьи, от выполнения родительских функций, что приводит к появлению у детей чувства одиночества, отверженности и вины за произошедшее.

3. Быстрое включение родителя в эмоционально близкие отношения с новым партнером с целью компенсации травмы в связи со смертью супруга (супруги). В этом случае велика вероятность непонимания со стороны детей, возникновение у них злости, агрессии, ощущения предательства умершего родителя.

Переживание потери ребенком родителя имеет свои особенности. Чем младше ребенок и чем менее адекватно его возрасту объяснение «ухода» родителя, тем больше риск возникновения в будущем различных личностных

расстройств, проблем в построении межличностных отношений, особенно в случае внезапной трагической смерти.

К патологическим симптомам, сопровождающим переживание горя у ребенка, можно отнести следующие:

- ✓ нарушения сна;
- ✓ нарушения двигательной активности, особенно в сторону повышения;
- ✓ эмоциональная неустойчивость, капризность, взрывчатость;
- ✓ появление странных фантазий;
- ✓ замкнутость;
- ✓ психосоматические реакции и невротические проявления (частые болезни, тики, энурез и проч.).

Выделяют **три уровня риска** в ситуациях переживания горя семьей.

1. *Минимальный риск.* Члены семьи открыто выражают свои чувства, оказывают поддержку друг другу и принимают ее со стороны расширенной семьи, друзей, соседей. Сохраняется способность идентифицировать проблемы и искать пути их разрешения.

2. *Средний риск.* Реакция горя протекает с осложнениями: у отдельных членов семьи могут наблюдаться депрессивные реакции; семья не принимает поддержку. Данные реакции могут осложняться в случае наличия многочисленных предыдущих потерь, неразрешенных конфликтов.

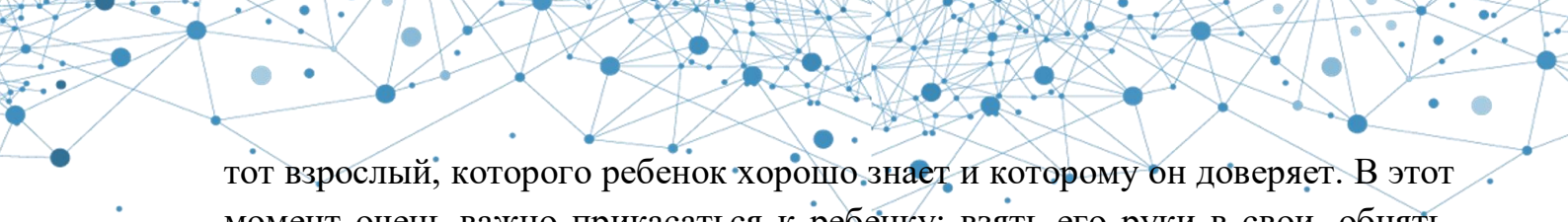
3. *Высокий риск.* У членов семьи может появиться эксцентричное (грубое, жестокое) поведение; тяжелая депрессия; попытки и угроза суицида; злоупотребление лекарствами или алкоголем; тяжелая бессонница. К этой же категории относятся ситуации полного отсутствия проявления горя в семье.

В случае среднего и высокого риска семья нуждается в помощи специалистов: семейных психологов, психиатра, социального работника.

Важным фактором организации помощи детям является их возраст. Ребенок младше 5 лет, как правило, не понимает сущности категории «смерть», не осознает ее необратимость. Его психологическое состояние и реакция на смерть родителя зависит от поведения окружающих взрослых («заражение» эмоциями взрослых).

В возрасте от 5 до 9 лет большинство детей начинает понимать, что такое смерть, что она необратима, но при этом ребенок, как правило, сохраняет иллюзию собственного бессмертия. Только после 9 лет он обычно осознает, что тоже смертен.

Очень важно заручиться поддержкой семьи при оказании помощи ребенку, переживающему смерть родителя. Самое сложное – это сообщить ему о смерти близкого. Лучше всего, если это сделает кто-то из родных или



тот взрослый, которого ребенок хорошо знает и которому он доверяет. В этот момент очень важно прикоснуться к ребенку: взять его руки в свои, обнять, посадить на колени. Ребенок должен почувствовать, что он продолжает быть значимым и важным для оставшихся членов семьи. Необходимо дать возможность ребенку свободно выражать свои чувства, связанные со смертью родителя.

Помощь ребенку, столкнувшемуся с утратой, должна строиться в следующих направлениях:

1. Разговаривать с ребенком обо всем происходящем честно, открыто, в соответствии с пониманием ребенка (его возрастом), но без иллюзий или искажений информации.

2. Создать условия для проявления всех переживаний и разделять чувства ребенка (эмоции могут быть самыми разными и зачастую противоположно направленными). Чувства можно выражать в беседах, в творчестве, через музыку.

3. Важным условием является синхронизированность горевания взрослых и ребенка, когда ребенок получает от взрослых модельные образцы того, как говорить о трудных вопросах, как выражать свои чувства и поддерживать других, как вспоминать близкого человека и справляться с утратой. Здесь на помощь приходят ритуалы и традиции, связанные с прощанием и сохранением памяти об умерших.

4. Сохранение привычного режима дня и семейного уклада. Режимность и предсказуемость являются основой психологической безопасности детей.

5. Разработать для ребенка понятный и наглядный ритуал памяти об умершем члене семьи. Ритуалы нормируют процесс горевания.

6. Обсуждение с ребенком вариантов бессмертия: духовные, кровные (продолжение рода), через персональные достижения.

Распространенным является вопрос о том, стоит или не стоит брать ребенка на похороны. Этот вопрос решается индивидуально. В зависимости от эмоциональной чувствительности ребенка, его психического состояния. Многие родители считают похороны слишком травмирующим мероприятием и отказываются включать в него ребенка. В этом случае они лишают его возможности попрощаться с умершим членом семьи и почувствовать себя включенным в семейный процесс горевания.

Дети конкретны: когда ребенок реально видит умершего родителя в гробу и наблюдает проведение похорон, он получает доказательства его смерти. Такой опыт, каким бы тяжелым он ни был, может облегчить период траура и адаптацию ребенка после смерти родителя. У ребенка будет возникать меньше

вопросов по поводу того, что же именно произошло с родителем. Уменьшается вероятность возникновения иррациональных мыслей и нереальных надежд на его возвращение.

Еще одна причина, свидетельствующая о целесообразности участия ребенка в похоронах, состоит в том, что наблюдение эмоциональных реакций родственников во время похорон помогает ребенку выразить собственные чувства. Однако необходимо заранее рассказать ребенку о том, что происходит, когда семья выражает горе, чтобы он не был напуган и потрясен.

6.7. ВОСПИТАНИЕ РЕБЕНКА В НЕПОЛНОЙ СЕМЬЕ

Разбираемся в главном

Как объяснить ребенку, почему у него нет папы / мамы?

Как хорошо воспитать мальчика / девочку без отца / матери?

Мне кажется, что бабушка / дедушка пытаются заменить отсутствующего родителя. Как исправить такую ситуацию?

У меня уходит много времени на работу и содержание семьи, отношения с ребенком стали портиться.

Как объяснить ребенку, что мне приходится работать за двоих?

Основные понятия

Нуклеарная семья – семья, состоящая из родителей и одного ребенка.

Неполная семья – малая группа с частичными неполными связями, где нет традиционной системы отношений мать – отец – ребенок, семья, в которой отсутствует один из супругов и в которой дети находятся на иждивении и воспитании одного родителя.

Монородительская (неполная) семья – семья одинокого родителя, проживающего с детьми (в отдельных случаях с ближайшими родственниками) и осуществляющего воспитательный процесс самостоятельно, единолично реализуя функции семьи.

Материнская семья – тип монородительской семьи, главой которой является женщина, не состоящая в актуальном браке и одиноко воспитывающая одного или нескольких детей.

Отцовская семья – это тип монородительской семьи, главой которой является мужчина, не состоящий в актуальном браке и одиноко воспитывающий одного или нескольких детей.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *круглые столы с обсуждением проблемных ситуаций*: «Мама и папа – два разных мира», «Трудности в воспитании детей», «Лучше мамы друга нет!», «Воспитание в неполной семье»;
- *памятки*: «Развод и ребенок», «Терапия внутренних семейных систем»;
- *консультация*: «Проблемы воспитания ребенка в неполной семье и пути их коррекции»;
- *педагогическое поручение (творческое домашнее задание для родителей)*: «Новые семейные традиции»;
- *элементы тренинга межличностных взаимоотношений родителей и ребенка*.

Неполная семья – это семья, в которой по какой-то причине отсутствует один из родителей. Педагогу в ДОО приходится довольно часто сталкиваться с такими семьями.

В зависимости от того, кто из родителей занимается воспитанием ребенка, выделяют: материнские и отцовские неполные семьи.

По количеству поколений в семье различают:

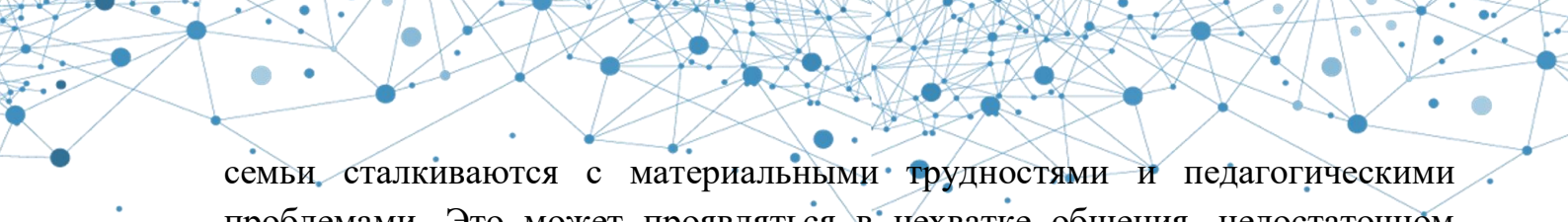
- ✓ *неполную простую* – мать (отец) с ребенком или несколькими детьми;
- ✓ *неполную расширенную* – мать (отец) с одним или несколькими детьми и другими родственниками.

Осиротевшая неполная семья образуется в результате смерти одного из родителей. Родственные связи в таких семьях не разрушаются: сохраняются взаимоотношения со всеми родственниками по линии погибшего (умершего) супруга, которые продолжают оставаться членами семьи.

Неполная разведенная семья – семья, в которой родители по какой-то причине не захотели или не смогли жить вместе. Ребенок, выросший в такой семье, получает психологическую травму, которая и обуславливает появления чувства неполноценности, страха, стыда. Поэтому естественное желание, особенно маленьких детей, – это надежда на воссоединение, восстановление брачных отношений между отцом и матерью.

Внебрачная семья (мать-одиночка) создается, когда в силу каких-либо обстоятельств женщина принимает решение родить ребенка, не вступая в брак.

Вследствие отсутствия одного из родителей, оставшемуся приходится брать на себя решение всех материальных и бытовых проблем семьи. При этом ему также нужно компенсировать недостаток воспитательного влияния на детей. Совмещать все эти задачи очень сложно. Поэтому многие неполные



семьи сталкиваются с материальными трудностями и педагогическими проблемами. Это может проявляться в нехватке общения, недостаточном внимании к ребёнку, его настоящим интересам и потребностям, а также в ослаблении контроля за его поведением.

Дети, воспитывающиеся в неполных семьях, лишены примера взаимоотношений мужчины и женщины в семье, что может негативно влиять на их социализацию в целом и на подготовленность к будущей семейной жизни, в частности. Для детей – будущих супругов и родителей – отсутствует определенная возможность формирования культуры чувств, отношений, характерных для взаимоотношений мужа и жены.

В отцовских неполных семьях к перечисленным выше проблемам добавляются отсутствие материнской ласки, без которой воспитание детей тоже не может быть полноценным.

Отличительной особенностью неполных разведенных семей является также то, что мать нередко после расторжения брака возвращается вместе с детьми к своим родителям. Характерным феноменом в такой неполной семье будет инверсия воспитательных ролей, когда роль матери берет на себя бабушка с авторитетными чертами личности, а роль отца выполняет мать с твердыми чертами характера и повышенной принципиальностью или дедушка.

Наиболее распространенным стилем воспитания в неполных семьях является *неустойчивый стиль воспитания* – непоследовательность, немотивированность эмоциональных проявлений, когда похвала или упрек зависят от настроения, а не от объективного поведения ребенка. В результате такого воспитания, ребенок усваивает тот факт, что все происходящее зависит не от его поведения, а от внешних причин. В конечном счете, он вообще отказывается от попыток понять причинно-следственные связи окружающего социума, не анализирует соответствие своих поступков социальным нормам, не способен оценить свои переживания, поступки.

Обобщая, можно выделить следующие сложности, особенности и тенденции в воспитании детей в неполной семье:

- дефицит мужского (женского) влияния;
- создание неправильной установки и негативного отношения к полу отсутствующего родителя;
- неустойчивая линия воспитания;
- отсутствие устойчивой семейной структуры;
- формирование у ребенка неправильного полоролевого поведения и ошибочной идентификации с родителем своего пола.

Для сохранения воспитательного потенциала семьи имеет большое значение педагогическая помощь неполным семьям. Значимым и важным при сотрудничестве с неполной семьей является доверительное, открытое взаимодействие родителей и воспитателей ДОО, так как именно оно – основной путь оказания педагогической помощи.

6.8. ПОДДЕРЖКА РОДИТЕЛЬСКОГО АВТОРИТЕТА

Разбираемся в главном

Что делать, чтобы быть для своего ребенка авторитетным?

Что важнее: чтобы ребенок боялся или уважал?

На каких качествах может основываться авторитет?

Что такое ложный авторитет?

Авторитетный родитель – это строгий или, наоборот, добрый и все разрешающий родитель?

Какое поведение родителей формирует их авторитет в глазах ребенка?

Какие действия родителей могут подорвать их авторитет у ребенка?

Основные понятия

Авторитет – влияние на кого-либо, власть, с которой согласны.

Родительский авторитет – уважение между родителями и детьми.

Ложный авторитет – использование разного рода манипуляций, целью которых является заставить ребенка делать что-то.

Отношения – связь между двумя людьми, которая выражается их контактами друг с другом, идеальными и материальными явлениями и вещами.

Личность – человек, обладающий уникальным набором характеристик, которые определяют его характер, поведение и особенности взаимодействия с окружающими людьми.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *дискуссия*: «Откуда берется родительский авторитет?»;
- *педагогическая гостиная*: «Слагаемые родительского авторитета»;
- *круглые столы*: «Роль отца в воспитании ребенка», «Мама и папа два разных мира», «Зачем нужен папа»;
- *тренинг*: «Я успешный родитель»;

- *семинары-практикумы:* «Учимся искусству общения с детьми», «Способы эффективного взаимодействия с ребенком», «Родительский авторитет в воспитании ребенка»;
- *консультации:* «Стили воспитания в семье», «Гиперопека»;
- *памятки, буклеты, информационные стенды, тематические аудиозаписи, видеоролики.*

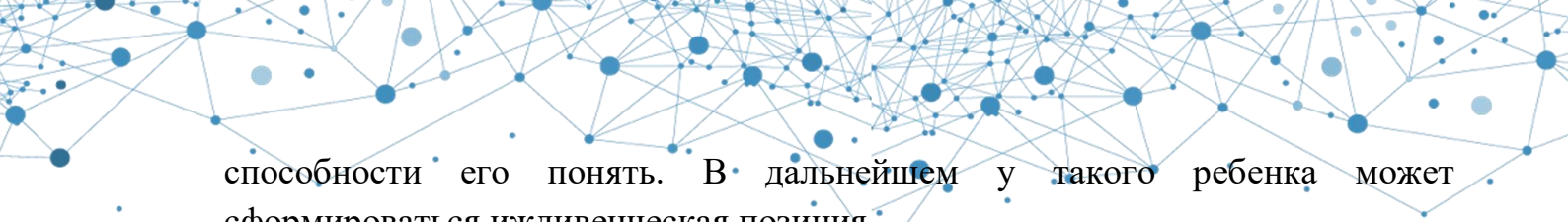
Авторитет – одно из важных условий семейного воспитания. Семья оказывает влияние на формирующуюся личность ребенка не только непосредственным целенаправленным воздействием взрослых ее членов, но и всем образом жизни. Взаимодействие в семье требует взаимопонимания, ответственности, умения организовать отношения на принципах равенства, сотрудничества, уважения.

Уважение к старшим, доброжелательное отношение к людям, эмоциональная близость и доверие формируются родительским авторитетом. Вместе с тем, современные родители часто жалуются на отсутствие уважения со стороны детей, которые позволяют себе обзывать родителя, хамить или даже бить. Авторитет часто путают с послушанием и пытаются изменить ситуацию усиливая давление на ребенка, ужесточая требования и применяя все больше наказаний. Велик соблазн завоевать детский авторитет любой ценой: через подчинение или манипуляции. Если настоящий авторитет формируется через взаимное уважение и доверительное эмоциональное общение, то ложный (неконструктивный) авторитет достигается при помощи различного рода манипуляций.

Виды ложного авторитета

Авторитет доброты. Мама и папа выступают в роли «добрых ангелов». Часто это родители позднего малыша или ребенка, который им «тяжело достался», ослабленный или часто болеющий. У ребенка при таком виде воспитания часто возникают сложности с формированием внутренних границ и определением правил разрешенного и не разрешенного поведения, критериями добра и зла. Именно этот вид авторитета приводит к тому, что лидерство в доме переходит к ребенку. Крайняя форма такого авторитета – вседозволенность, а вариантами являются перемещения авторитета от одного родителя к другому (если папа что-то запретил, а мама разрешила, ее авторитет резко повышается).

Авторитет чрезмерной любви. Родители в таких семьях захваливают ребенка, демонстрируют ему свои чувства, оберегают от любых трудностей. Все это с постоянной тревогой за жизнь и здоровье ребенка создает в семье позицию детоцентризма и ограничивает возможности формирования у ребенка нравственной позиции, ориентации на другого человека,



способности его понять. В дальнейшем у такого ребенка может сформироваться иждивенческая позиция.

Дети этих двух видов воспитания трудно входят в детский коллектив.

Авторитет подавления. Зиждется на страхе и подавлении любой инициативы. Это практически полная авторитарность (или «военный авторитет»). Такого члена семьи все боятся и беспрекословно ему подчиняются, но подчиняются из-за страха последствий. Такая система отношений ограничивает возможности развития ребенка.

Авторитет расстояния. Может быть как реальным, так и психологическим. Например, ребенок тянется к папе, так как папа живет отдельно или постоянно в разъездах. У другого ребенка в большем авторитете мама, так как мама считает, что с ребенком нужно соблюдать дистанцию, чтобы не разбаловать и не стоит проявлять в отношении него любовь. Ребенок ощущает острое чувство изоляции, авторитет строится на неудовлетворенной потребности в эмоциональном контакте. Авторитет подменяется страхом разлуки и дефицитом общения.

Авторитет педантизма. Обеспечивается неусыпным родительским контролем и опекой. Здесь работает принцип навязчивого контроля. От авторитарного педантичный родитель отличается только тем, что воздействие осуществляется через иррациональное подавление воли ребенка: мягкое навязывание, нравоучения, лишение инициативы и выбора. При таком воспитании дети обычно вырастают несамостоятельными, они вынуждены делать вид, что все, сказанное родителями, правильно.

Авторитет «подкупа». Родители «торгуются» и заслуживают послушание ребенка. Часто такой подход к воспитанию – «слабость» людей, которые в своем прошлом имели материальные ограничения. Они считают, что ребенок не должен знать отказа, и дают ему все, чего не было у них. Такой подход формирует потребительский стиль поведения ребенка, у которого отсутствует регуляция желаний, а следовательно, и мотивации: кто больше (и дороже) купил / подарил, тот и авторитетен.

Авторитет статуса. Родители чрезмерно выпячивают свои достижения, подчеркивают их окружающим. В подобных семьях гордятся не тем, что «умеют», а тем, что «имеют». Это семьи, ориентированные исключительно на потребление и конкурентные отношения с окружающими. Подчеркивая свои преимущества, выражая пренебрежение к окружающим, не имеющим определенных компонентов статуса, взрослые формируют у детей психологию потребителей.

Действия, подрывающие родительский авторитет:

- жестокие и несправедливые наказания, ориентация родителя преимущественно на наказания;
- крик и эмоциональная неуравновешенность;
- ложь и несдержанные обещания;
- непоследовательность, расхождение между теорией и практикой (говорю одно – делаю другое);
- игнорирование или чрезмерное удовлетворение потребностей ребенка;
- насмешки, унижение, пренебрежение личностью ребенка;
- неуважение друг к другу у родителей, а также у других членов семьи (например, бабушка при ребенке высказывает сомнения в родительской «эффективности» мамы);
- алкогольное или наркотическое опьянение родителей в присутствии ребенка, который может ощущать свою незащищенность, а также разочарование и стыд за взрослого человека.

Большинство родителей понимают значение авторитета в деле воспитания. Но как завоевать авторитет у ребенка, знают далеко не все. Педагог объясняет родителям, как создается авторитет, какова его основа; как воспитывать у ребенка уважение к каждому из родителей. К сожалению, родители не всегда владеют культурой общения и отношений: нередко они критикуют друг друга в присутствии родственников, друзей, детей. Это ведет к напряженности в отношениях, эмоциональным срывам, конфликтам. Кроме того, родитель осознает, что его статус в глазах ребенка снижается и падает воспитательная эффективность.

Формирование авторитета родителей

- *наличие совместной деятельности;*

Авторитетен тот родитель, который может дать ребенку уникальный опыт сотрудничества, совместного познания мира. Для дошкольника это, в первую очередь, совместная игра.

- *гармоничная система воспитания, ориентация на поощрения;*

Уважение, эмоциональная близость и доверие – три кита родительского авторитета. Родителям необходимо сделать так, чтобы ребенок им доверял, а не боялся. Нельзя задираать планку требований слишком высоко и сравнивать ребенка с другими.

- *отсутствие крика, способность регулировать свои эмоциональные состояния, выражать их адекватно;*

- *уважение потребностей ребенка* (но при этом родитель не должен игнорировать свои собственные!);

Наличие интереса к жизни ребенка, его увлечениями. Если какие-то из них кажутся пустяковыми и не стоящими внимания, нужно понять почему они важны для ребенка.

- *поддержка родителями друг друга, уважение, признание личности каждого;*

Родители должны публично, в присутствии ребенка выделять достоинства друг друга.

- *достойные, ценностные образцы поведения*, которые обладают однозначно позитивной нравственной оценкой, которым хочется следовать;

Пример родителей должен вдохновлять ребенка следовать ценностям, которые транслируются в его семье.

- *активная социальная позиция родителя*, заинтересованное отношение к жизни, высокий уровень познавательной активности;
- *готовность защищать ребенка* и самого себя от ситуаций унижения, неуважения.
- *готовность делиться знаниями*, которые отвечают запросам ребенка;

Терпеливые ответы на сотни детских «почему» и желание искать информацию, когда нет готового ответа. Готовность показывать, как сделать что-то вместо того, чтобы это запрещать.

- *четкое выстраивание границ дозволенного*, определение правил и последовательное соблюдение их.

6.9. ВЫБОР ПРАВИЛЬНЫХ ИГР И ИГРУШЕК

Разбираемся в главном

Какие игрушки для ребенка наиболее полезны?

На что ориентироваться при выборе игрушек?

Нужны ли ребенку в первый год жизни игрушки?

Нужно ли мне играть вместе с ребенком или я только помешаю?

Что такое «антиигрушка»?

Одинаковые или разные игрушки нужны девочкам и мальчикам?

Нужно ли покупать ребенку игрушку, если у детей вокруг такая есть и ребенок очень не хочет выделяться ее отсутствием?

Основные понятия

Игрушка – предмет, предназначенный для игры и используемый ребенком в игре.

Манипулятивные действия – манипуляции с предметами, не имеющие конкретной цели.

Соотносящие действия – действия с двумя или более предметами, требующие учета и соотношения их свойств.

Процессуальная игра – действия с игрушками, с помощью которых ребенок в условном плане воспроизводит знакомые ему по опыту действия взрослых или ситуации. Действия могут воспроизводиться по кругу. Смысл в самом процессе действий.

Предмет-заместитель – предмет, не имеющий игрового назначения, который используется в игровой деятельности и выступает в роли различных игровых предметов в зависимости от игровой ситуации.

Образные игрушки – игрушки, несущие в себе образ человека или животного.

Неоформленный материал – неспецифический, не предназначенный для игры материал, чаще бытовые предметы, бросовый или природный материал.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *семинар-практикум*: «Игра "Геокопт"» В.В.Воскобовича – это интересно»;
- *консультация с элементами тренинга*: «Шахматы. Развитие интеллекта и характера»;
- *видеомарафон*: «Игры и игрушки для ребенка в семье, их значение»;
- *педагогические выставки*: «Воспитывающая игрушка»; «Моя любимая игра», «Моя любимая игрушка»;
- *мастер-классы*: «Игрушки нашими руками»;
- *тематические аудиозаписи и консультации*;
- *видеоролики*: «Игрушки в соответствии с возрастом и интересами детей»;
- *дискуссия*: «Игра в жизни ребенка дошкольного возраста»;
- *памятки, буклеты*.

Игры и игрушки – предметы, сопровождающие ребенка все детство и вплетенные во все виды деятельности. Приобретая игры, игрушки и игровой материал, взрослый совершенно верно предполагает, что ребенок будет его использовать в различных деятельности, что будет способствовать развитию малыша.

Выделяют игрушки и игровой материал для *экспериментирования*. Основной характеристикой таких игрушек является «возможность изменять условия и наблюдать или использовать результат» (Е.О. Смирнова). Например, мисочки разной величины можно не только складывать одна в другую, но и построить башенку; звучащий шарик будет звучать не так звонко, если его зажать в ладонях; бычок не будет шагать по дощечке, если она будет лежать на столе; из пластилинового шарика можно сделать «лепешку» или «морковку», а потом – снова шарик.

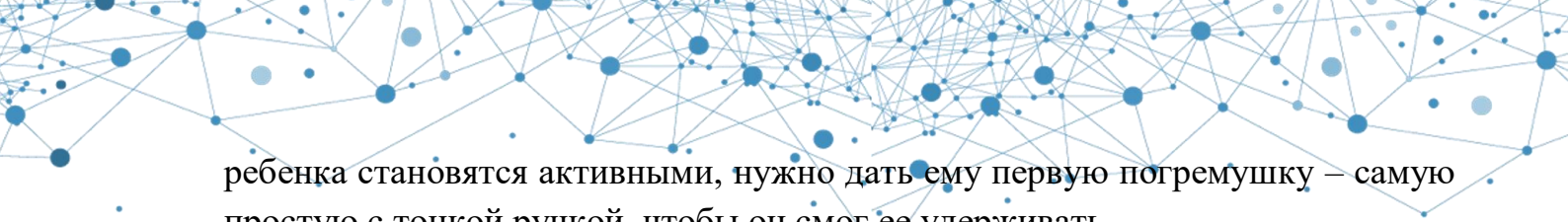
Для *сюжетной (ролевой) игры* игрушки и игровые материалы должны обладать возможностью «присваивать им новое значение и наполнять их своим смыслом» (Е.О. Смирнова). Например, куклу с нейтральным выражением лица ребенок может использовать в разнообразных сюжетах и наделять ее разным настроением и переживаниями. Игрушек не должно быть много. Их недостаток способствует развитию замещения и, соответственно, воображения, то есть способности использовать предметы-заместители. Например, в качестве телефона используется кирпичик из строительного набора или какой-то иной предмет прямоугольной формы.

В *играх с правилами* (подвижные или настольные) должна быть четкая и понятная система правил: как начинается игра, чем определяется последовательность хода, что должны делать игроки и как оценивается выигрыш, по каким критериям.

Немаловажное значение в развитии дошкольника имеют *продуктивные деятельности* (*рисование, лепка, аппликация*), *экспериментирование и обучение*. При выборе игрового материала для этих деятельностей важно, чтобы они позволяли создавать вариативные поделки или имели возможность использовать созданный продукт. Рисунок ребенка можно оформить в рамку и подарить в качестве подарка; сконструированный подъемный кран использовать в игре; из элементов мозаики создавать разнообразные изображения (предметные, сюжетные).

Центральным моментом при выборе игрушки и игровых материалов является потенциал для развития ребенка. Он определяется тем, какие действия игрушка позволяет выполнять, и соответствием возрасту (возможности и основные линии развития).

Первые игрушки появляются у ребенка уже в *младенчестве*. Их предназначение – привлекать и удерживать внимание малыша (но при участии взрослого). Пока он не умеет действовать руками, это могут быть подвесные игрушки: музыкальные карусельки, колокольчики, бубенчики, растяжки и др. Сначала малыш рассматривает эти предметы, прислушивается к звукам, а с **3-4 месяцев** начинает тянуться к ним ручками, хватать. Как только ручки



ребенка становятся активными, нужно дать ему первую погремушку – самую простую с тонкой ручкой, чтобы он смог ее удерживать.

С **5 месяцев** уже будут полезны игрушки разной формы, чтобы ребенок учился по-разному складывать ручку при захвате, которые нужно вкладывать, вставлять, стучать друг о друга и др. (пищалки, мячики, каталки, интерактивные игрушки и т.д.). Растущая активность ребенка позволяет взаимодействовать с игрушками и наблюдать последствия своих действий. Подойдут не только игрушки, но и разнообразные предметы, находящиеся в доме (крышки, кастрюли, пластиковые контейнеры и т.д.).

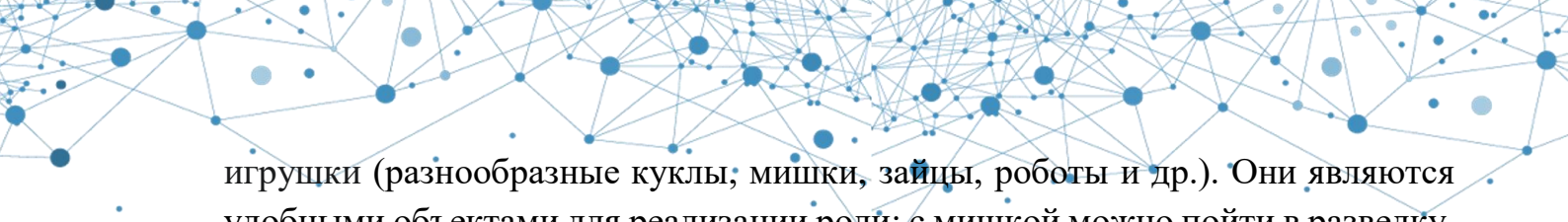
Для развития ребенка в этом возрасте необходимы игрушки и материалы разной формы, фактуры, массы. Увлекательными и полезными для ребенка будут сенсорные коврики и бизиборды, с помощью которых он будет постигать разные качества и свойства предметов.

В возрасте **от 1 до 3 лет** возможности ребенка и задачи возраста несколько иные. Для развития малыша становятся актуальными такие игрушки, которые требуют соотнесения размеров или цвета разных деталей. Больше всего подходят игры с пирамидками, кубиками, различного рода вкладышами, матрешками. В некоторых случаях будут необходимы два одинаковых предмета – один для показа и образца, другой – для воспроизведения действия с ним.

Привлекательными и «полезными» в этом возрасте для детей становятся следующие игрушки: куклы, мишки, зайцы и др., машинки, посудка, кукольные ванночки и пр. Пока дети могут лишь выполнять многократно игровые действия с ними – укачивать куколку или мишку, катать машинку и др.

Для экспериментирования хорошим игровым материалом на втором году жизни ребенка являются коробочки (с сюрпризами) с различными затворами, предполагающие разные, неизвестные ребенку способы открывания: с выдвигающимся коробом, открывающиеся по принципу спичечного коробка; с подвижной крышкой (типа пенала); шкатулки с разными застежками; различные коробочки из-под духов, в особенности интересны упаковки с прозрачной крышкой, сквозь которую можно видеть что-то внутри, коробочки с застежками-«молния» или с крышкой на кнопочках. Можно подобрать и специальные игрушки, предполагающие нажатие кнопок, клавиш, поворот рычагов, в результате чего появляется что-то новое, «сюрприз» – выскакивает зайчик, раздается неожиданный звук, начинают мелькать картинки или крутиться колесики.

В **дошкольном возрасте** игры, игрушки и игровые материалы более разнообразны и имеют большее значение. Это, прежде всего, образные



игрушки (разнообразные куклы, мишки, зайцы, роботы и др.). Они являются удобными объектами для реализации роли: с мишкой можно пойти в разведку, искать клад; куклу можно лечить, как доктор, и укачивать, как мама, и др.

Для «оформления» себя в роли становятся важными различные соответствующие аксессуары и предметы одежды: рация, шприц, фонендоскоп, очки, карта и др.; фартук, халат, милицейская фуражка и т.п. Также, чтобы реализовать роль, детям необходимы такие игрушки, как коляски, машины, тележки и др., крупногабаритные конструкторы, чтобы создавать крепости, пещеры, мосты и так далее.

Не всегда можно подобрать нужную игрушку для реализации игрового замысла, поэтому стоит предлагать ребенку использовать предметы-заместители или неоформленный материал (куски материи, коробки, палочки, ленты, камушки и др.), которые в любой момент могут заменить недостающий предмет. Коробка может стать домиком или тайником, камушек – куском хлеба или волшебным кристаллом, материя – озером или накидкой для принцессы и др.

Многое для детской игры можно изготовить своими руками: дом – из коробки, предметы мебели – из картона или маленьких кубиков, из пластилина можно слепить недостающих персонажей и т.д.

Игры с правилами предполагают участие двух и более детей (или взрослых).

Для *подвижных игр* нужно, чтобы у детей были разнообразные мячи, кегли, обручи, скакалки, самокаты и др.

При выборе из широкого ассортимента настольных игр следует обращать внимание на возрастную маркировку. Начиная с 4 лет, можно подбирать различные лото, домино, «гусёк» («бродилки»). Для старших дошкольников уже доступны доббль, мемори, дженга, монополия и другие игры.

Наряду с игровым материалом, в дошкольном возрасте большую роль в развитии ребенка играет экспериментирование, которое необходимо обеспечивать различными средствами. Это всевозможные наборы «песок-вода», конструкторы-кугельбаны, наборы для изучения цвета, магнетизма, свойств воды и воздуха и т.д.

Инструменты для детей, которые ребенок может использовать для получения неочевидной информации: лупа, весы, бинокль, безмен, лакмусовая бумага и др.

Правильный выбор игрушек и игр, материала для экспериментирования и продуктивной деятельности поможет ребенку разнообразить свою деятельность и будет способствовать его развитию.

6.10. УПРЯМСТВО И КАПРИЗЫ

Разбираемся в главном

В кого наш ребенок, почему у него так много упрямства, ведь в нашей семье все спокойные? Как нам реагировать на его упрямство?

Нужно ли замечать капризы ребенка или лучше их игнорировать?

Когда ребенок капризничает, его нужно ругать или высмеять его поведение?

Можно ли избежать капризов и упрямства ребенка?

Если ребенок капризничает в общественном месте, как следует себя вести?

Основные понятия

Капризы и упрямство – способ поведения ребенка, заключающийся в противодействии требованиям, указаниям и действиям взрослых, игнорировании просьб или замечаний, стремлении настоять на своем.

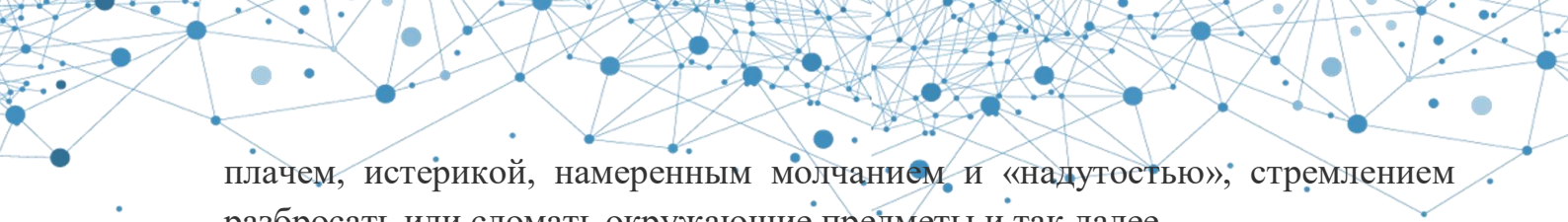
Упрямство – чрезмерная и неблагоприятная настойчивость.

Каприз – форма своевольного импульсивного поведения, неадекватного обстановке, не имеющего причины и лишённого смысла. Каприз – это прихоть, причуда, непостоянство нрава, это действие из озорства, наперекор.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *консультации*: «Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности?» «12 вопросов о детских капризах»;
- *семинары–практикумы*: «Стрессовые ситуации в жизни ребенка. Пути коррекции детских капризов», «Почему ребенок упрямится и капризничает»;
- *буклеты*;
- *видеообзоры на сайте ДОО*: «Причины упрямства и детских капризов»;
- *родительский университет*: «Убираем, искореняем, прививаем».

В словарях капризы определяются как «необоснованное, своевольное желание, неожиданная прихоть, причуда», а упрямство – как «крайняя неуступчивость, несговорчивость». Все взрослые знакомы с этими негативными (разной степени) проявлениями в поведении детей – хныканьем,



плачем, истерикой, намеренным молчанием и «надутостью», стремлением разбросать или сломать окружающие предметы и так далее.

Причины такого поведения разные, но они **не связаны с наследственностью**. Возможно, некоторое сходство с некоторыми формами поведения родителей или одного из родителей, но это «подсмотренные» ребенком и перенятые от взрослых способы реагирования на некомфортные условия. Не следует обвинять ребенка в плохом характере и ругать его. Чаще всего причиной такого поведения бывают внешние факторы, но не наследственность.

Подобные проявления могут усиливаться и учащаться в так называемые кризисные периоды – в возрасте 1 года, 3 и 7 лет. Происходит это из-за того, что ребенок к определенному возрасту становится способным к большему, а взрослые еще не перестроились, достойно не оценили возросшие возможности ребенка и не готовы перестроить взаимоотношения с малышом.

Поводов для появления упрямства и капризов может быть множество. Но *причин возникновения* не много:

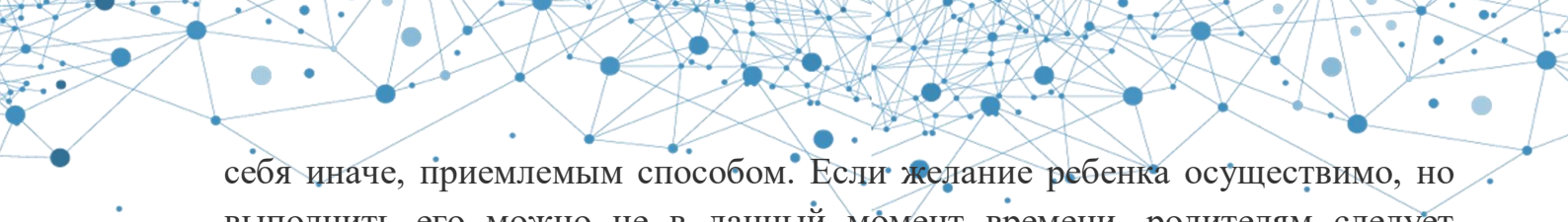
1. плохое самочувствие ребенка, вызванное утомлением (физическим или эмоциональным) или начинающимся заболеванием (например, простудой);
2. определенные нарушения отношений между ребенком и взрослым, не вполне адекватное и корректное взаимодействие родителя с ребенком.

Если все-таки ребенок начал капризничать, в первую очередь родителям надо убедиться, что ребенок хорошо себя чувствует, не болеет. Может, следует уложить ребенка, дать ему отдохнуть или начать лечение.

Взрослым стоит вспомнить события дня, которые прожил ребенок. Возможно, он устал или был сильно эмоционально напряжен в каких-то ситуациях. Родителям надо оставить ребенка в покое и дать ему возможность успокоиться. Можно предложить расслабляющее нервную систему занятие, например, принять теплую ванну или вместе с ним послушать спокойную музыку, посмотреть в окошко.

Если ребенок просто капризничает и это никак не связано с его самочувствием, родители должны переключить внимание ребенка с «предмета» капризов и упрямства. Можно попросить выполнить какую-нибудь просьбу или поручение, например, найти игру или книжку, а потом вместе почитать или поиграть.

Если ребенок продолжает плакать и упорствовать, лучше дождаться, когда ребенок «придет в норму». Только потом, когда он успокоится, поговорить с ним о причине такого поведения и о том, как можно было вести



себя иначе, приемлемым способом. Если желание ребенка осуществимо, но выполнить его можно не в данный момент времени, родителям следует поговорить о том, когда конкретно это желание можно будет осуществить.

В процессе общения с ребенком следует оставаться спокойным, проявлять терпение. Не следует использовать грубый тон, резкость, «давить» на него авторитетом взрослого, но не надо и уговаривать его прекратить капризничать и проявлять упрямство.

Нередко родители наказывают детей за капризы и упрямство. При этом не надо лишать ребенка прогулки, общения с друзьями или взрослыми. Пожертвовать можно сладостями, телефоном, компьютерной игрой, мультфильмом. Обязательно следует объяснить ребенку, за что его наказывают, чтобы не провоцировать новые капризы.

Но детские капризы и упрямство целесообразно предупреждать, а не бороться с ними. Для этого необходимо, прежде всего:

- ✓ определить правила поведения и распорядка;
- ✓ четко обозначить условия и границы дозволенного и запрещенного.

Если родители сказали «нет», важно быть последовательными и оставаться верными своему слову, независимо от поведения ребенка. Необходимо хвалить ребенка за то поведение, которое нравится взрослому — родителю или воспитателю, четко обозначая, какие именно действия ребенка вызывают одобрение. В определенных ситуациях ребенку следует предоставлять возможность сделать разумный выбор, например, в выборе одежды или занятий.

Родителям следует обращать внимание на ситуации, когда у ребенка наблюдаются негативные проявления в поведении. Лучше всего избегать таких ситуаций. Если это невозможно, то нужно заранее обсудить с ребенком, какого поведения вы от него ожидаете. Например, если капризы возникают, когда родители расстаются с ребенком, стоит рассказать, куда вы идете и зачем, а также когда вернетесь. Обязательно предложите ему интересные занятия, которыми он может заняться в ваше отсутствие. По возвращении обязательно выслушайте рассказ ребенка, расспросите его подробнее о том, чем он занимался без вас.

6.11. ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Разбираемся в главном

Почему появляются вредные привычки?

Как избавиться от вредной привычки?

Нормально ли то, что у детей появляются вредные привычки?

Какие привычки являются вредными и почему?

Если у ребенка есть вредные привычки – это значит, что мы неправильно его воспитываем?

Если появилась вредная привычка, нужно ли резко одергивать ребенка, когда он ей следует?

Основные понятия

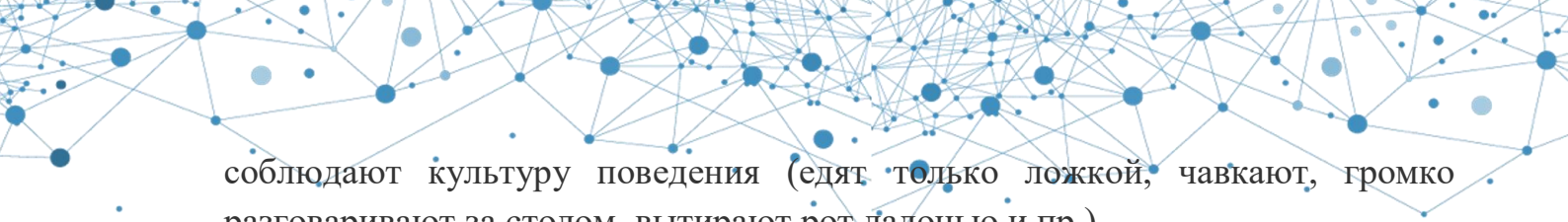
Привычка – привычное повторяющееся действие.

Вредные привычки – это действия, которые могут нанести вред здоровью человека и вызвать неприязнь или брезгливость у окружающих. К таким привычкам относятся курение, употребление алкоголя и наркотиков. К наиболее распространенным вредным привычкам у детей можно отнести привычки: грызть ногти, чавкать во время еды, ковырять в носу, накручивать волосы на палец, сосать палец или язык, тереть одежду у себя и т.д.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *родительские собрания*: «Вредные привычки в жизни ребенка и его родителей»;
- *круглые столы*: «Что делать, чтобы у детей не было вредных привычек», «Как отучить малыша от вредной привычки»;
- *семинары-практикумы*: «Как и что делать, чтобы отучить ребенка от вредной привычки»;
- *консультации для родителей*: «Мой ребенок грызет ногти», «Никак не могу отучить ребенка сосать палец», «Детская мастурбация – это нормально?», «Роль семьи в формировании вредных привычек ребенка».

Возникновение вредных привычек у ребенка нередко является результатом следования за поведением взрослых, когда они сами не



соблюдают культуру поведения (едят только ложкой, чавкают, громко разговаривают за столом, вытирают рот ладонью и пр.).

Вредные привычки, такие как грызение ногтей, кусание губ, жевание края одежды или карандашей, тербление волос, ковыряние в носу, сосание пальца и другие, часто являются сигналами, что ребенок испытывает тревогу, страх, эмоциональное напряжение или недостаток близости с родителями. Эти действия помогают ребенку справиться с различными переживаниями, тревогой и сниженным настроением (грустью, печалью и т.п.).

У средних и старших дошкольников вредные привычки могут возникать на фоне неуверенности в своих силах и неудовлетворенности своим положением среди сверстников.

Психологи считают, что каждая вредная привычка помогает детям справиться со страхом, тревожностью, депрессией, отсутствием родительской любви и заботы.

К сожалению, подобные привычки оказывают прямое или косвенное негативное влияние на физическое и психическое здоровье детей. Многие из них могут привести к мелким травмам, нарушению прикуса, возникновению проблем в деятельности желудочно-кишечного тракта. Кроме того, вредные привычки угрожают психическому развитию, усугубляют трудности социализации ребенка и построения позитивных отношений со сверстниками.

На возникновение подобных действий у детей стоит немедленно реагировать, пока они не стали вредной привычкой. Когда такие неприятные действия становятся привычными, от них сложнее избавиться, это требует большего терпения и времени.

Особого смысла бороться с вредными привычками нет. Если родители заметили в поведении ребенка вредное привычное действие, следует убедиться, что он знает все для его возраста о правилах поведения в обществе. Если обнаружатся пробелы в знаниях, их следует восполнить с помощью бесед и личного примера.

Во время проявления ребенком вредных привычек можно попробовать переключить его внимание на что-то интересное и занимательное. Не стоит заострять внимание на этой привычке, ругать ребенка и делать резкие или публичные замечания, наказывать. Важно учить ребенка приемам самоконтроля, направлять и поддерживать его стремление самостоятельно справиться с вредной привычкой.

Но чтобы действительно избавиться от вредных внешних действий до того, как они станут привычкой, необходимо устранить их причины. В этом может помочь детский психолог, который определит конкретные шаги для избавления от вредной привычки. Однако родителям потребуется проявить

терпение и такт. Чтобы снизить риск появления вредных привычек, важно следить за тем, чтобы ребенок не перевозбуждался, не был перегружен интеллектуальной деятельностью и эмоционально напряжен. Необходимо как можно раньше начать прививать ребенку полезные навыки и умения, на основе которых формируются хорошие привычки, а также обучать его правилам поведения.

Родителям полезно:

- как можно чаще проводить время вместе с ребенком, придумывать увлекательные совместные дела и игры. Это даст почувствовать защиту, любовь и заботу, снять страхи и нервное напряжение, устранить недостаток телесного контакта;
- научить ребенка различным способам релаксации и снятия напряжения (физического и эмоционального), адекватным возрасту;
- стараться поддерживать ребенка в сложных жизненных ситуациях, быть для него опорой и защитой.

6.12. ПОРУЧЕНИЯ И ДОМАШНИЙ ТРУД

Разбираемся в главном

Какой смысл в выполнении ребенком домашних дел – проще и быстрее самому сделать?

Способен ли ребенок трудиться дома?

Способен ли ребенок выполнять домашние поручения?

Зачем заставлять ребенка что-то делать по дому, если потом придется переделывать?

В каком возрасте можно давать ребенку постоянные поручения?

Может ли ребенок выполнять домашние поручения наравне со взрослыми?

Основные понятия

Трудовое воспитание – целенаправленный процесс формирования у подрастающего поколения потребности в разнообразной трудовой деятельности, глубокого уважения к труду человека, бережливого отношения к материальным и духовным ценностям, созданным трудом людей, осознанного и добросовестного отношения к своим обязанностям.

Домашний труд – труд, который позволяет удовлетворить разные потребности семьи.

Трудолюбие – черта характера, суть которой заключается в положительном отношении человека к трудовой деятельности, любви к труду, стремлении много и усердно трудиться.

Поручение – задания, которые взрослый эпизодически дает детям, учитывая их возрастные и индивидуальные способности, наличие опыта и воспитательные задачи.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *тематические консультации*: «Формирование самостоятельности у детей дошкольного возраста», «Значение труда»;
- *мастер-классы*: «Как приобщить ребенка к труду», «Трудовое воспитание в семье»;
- *семинары-практикумы*: «Домашние обязанности в форме игры», «Трудимся, играя»;
- *родительское собрание*: «Домашние обязанности детей. Без напоминания и с удовольствием»;
- *памятки для родителей; совместные досуги*: «Умелые руки не знают скуки!»;
- *видеофильмы для родителей*: «Трудовое воспитание в семье», «Как организовать труд детей дома».

Включение дошкольника в выполнение домашних дел, приобщение его к домашнему труду и выполнению простых поручений (заданий) имеет большое значение для развития ребенка:

- он осваивает необходимые умения и навыки для самообслуживания, выполнения посильной хозяйственно-бытовой деятельности;
- у него развивается произвольность, самостоятельность, ответственность, отзывчивость, добросовестность, сочувствие и содействие;
- он начинает ценить труд других людей, прежде всего – родителей;
- у него появляется «чувство» семьи, ее целостности, ощущение себя полноправным и необходимым, полезным членом семьи.

Поручения для ребенка должны соответствовать его возрасту. С 1 года можно давать простые задания, состоящие из одного действия. Важно, чтобы ребенок мог выполнить просьбу сразу же (например, передать газету папе или принести очки бабушке). К 2 годам можно усложнять задачи, добавляя второе действие. Например, попросить ребенка взять полотенце на кухне и отнести его в комнату или взять ложку на кухне и передать ее папе. Обычно дети в этом возрасте с радостью выполняют такие поручения.



К концу раннего – началу дошкольного возраста (2-3,5 года) у ребенка могут быть уже собственные обязанности, которые вполне ему по силам (относить свою тарелку к мойке, аккуратно вешать свою одежду перед сном, убирать после прогулки мокрые варежки и шапочку на батарею и т.п.). В этом возрасте дети очень интересуются теми делами, которые выполняют по дому взрослые и стремятся им помочь. Необходимо дать возможность ребенку попробовать себя в «серьезном» деле. За попытку реализации такого желания обязательно надо похвалить.

Список постоянных поручений или обязанностей ребенка к 5 годам может расширяться, а действия по их выполнению усложняться (убирать игрушки перед сном, расчесывать волосы, помогать накрывать на стол и убирать посуду, самостоятельно включать воду и мыть руки и т.п.). Если есть домашние питомцы, то ребенку можно доверить следить за водой в миске и при необходимости доливать воду.

Старшие дошкольники могут стать серьезными помощниками для родителей по дому. Им можно поручить несложные дела, которые обычно выполняет мама: поливать цветы, помогать младшему брату или сестре, пылесосить, стирать свои платочки и трусики. Также они могут больше заботиться о себе: застилать утром постель, следить за чистотой своей одежды, собирать рюкзачок для кружка, наливать себе попить.

При правильном подходе родителей старший дошкольник будет добросовестно и добровольно выполнять свои обязанности и с готовностью возьмется за важные поручения.

Взрослым важно и необходимо:

- самим добросовестно и качественно выполнять домашние обязанности и поручения;
- быть уверенными в том, что помощь ребенка действительно нужна;
- знать, что порученное дело по силам ребенку и его возможностям (тогда результат выполнения ему принесет еще и удовольствие);
- убедиться в том, что ребенок понимает, какой результат от него ждут, знает, как его добиться (в противном случае его надо научить, показать, что и как делать);
- хвалить ребенка за то, что он не забывает о регулярном выполнении своей обязанности, что хорошо выполняет поручение, конкретно отметить качество действия и его результат;
- не выполнять поручение или «детскую» обязанность за ребенка;
- добиваться выполнения задания можно с помощью просьбы, если вы уверены, что ребенок с удовольствием ее выполнит или можно

- использовать в качестве обращения такую форму как поручение – спокойно, уверенно, по-деловому;
- помнить, что санкции и наказание за невыполнение домашних обязанностей должны быть общими для всех членов семьи;
- нельзя наказывать ребенка домашними заданиями и поручениями;
- быть терпеливыми и доброжелательными.

6.13. ПИТОМЦЫ В СЕМЬЕ, УХОД ЗА НИМИ

Разбираемся в главном

Стоит ли заводить ребенку домашнего питомца?

Поможет ли домашнее животное в решении проблем с поведением у ребенка?

Соглашаться ли, если ребенок сам принес в дом бездомное животное?

Что может дать семье домашний питомец?

Кто должен ухаживать за домашним питомцем в семье?

Какой уход может выполнять ребенок самостоятельно?

Основные понятия

Анималотерапия – вид терапии, использующий животных, а также их звуки и символы (образы, рисунки, сказочные герои) для лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, оказания психотерапевтической помощи.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *круглые столы*: «Уход за питомцами как один из методов анималотерапии», «Пушистые» воспитатели», «Безопасное общение с животными», «Рекомендации по уходу за домашними питомцами»;
- *педагогическая гостиная*: «Воспитание ответственности через уход за питомцами», «Кто в вашей семье ухаживает за домашними животными?»;
- *конкурс видеороликов*: «Я и мой питомец»;
- *проекты*: «Мои любимые домашние животные», «Игрушки для животных», «День питомца»;
- *альманах*: «Домашние животные в жизни ребенка»;
- *встречи с кинологами*.



Домашние животные играют важную роль в жизни семьи, особенно для детей. Они становятся источником эмоционального тепла, помогают в воспитании, требуют заботы и ответственности. Животные также служат своеобразным психологическим убежищем.

Исследования показывают, что наличие домашних питомцев оказывает положительное влияние на психическое и физическое здоровье детей. Снижается уровень стресса, растет активность и работоспособность, улучшается концентрация внимания и наблюдательность. Кроме того, повышается уверенность в себе и развиваются коммуникативные навыки.

Общение с домашними животными имеет психотерапевтический эффект. Поэтому желание завести питомца может сигнализировать о потребности в безусловной любви, заботе и внимании. Возможно, это намек на то, что нужно больше времени проводить с ребенком и интересоваться его внутренним миром.

Однако не всегда стоит сразу удовлетворять эмоциональную потребность покупкой животного. Представления о жизни с питомцем и реальные заботы по уходу за ним часто не совпадают.

Типичные ошибки родителей:

- вера в обещания ребенка самостоятельно ухаживать за животным;
- представления, что домашнее животное само по себе решит проблемы ребенка со страхами, депрессией, тревожностью, агрессией и т.д.;
- отсутствие развернутой ориентировки в содержании, формах и приемах ухода за животным;
- помощь ребенку там, где он в ней не нуждается и мог бы проявить самостоятельность;
- некритичный выбор животного, пренебрежение воспитанием животного.

Входя в семью, животное вступает в особые близкие отношения с ее членами, формирует компаньонские связи, чувство близости, взаимодействия и доверия. Несомненный плюс домашних животных для родителей – они помогают воспитывать ответственность в ребенке. Но работает этот плюс только в случае, когда ребенок сам приносит животное в дом. Если папа или мама, каковы бы ни были их намерения, сами предлагают домашнего питомца, то им и придется за ним ухаживать. Здесь работает схема: кто приручил, тот и заботится.

Если ребенок принес в дом четвероногого друга и искренне требует проявить милосердие и взять бездомного в семью, отказать ребенку в такой ситуации довольно сложно, особенно если до этого его всегда учили сочувствовать и помогать ближнему. Но с согласием тоже не стоит



торопиться. Ребенок ни в дошкольном, ни в младшем школьном возрасте не в состоянии нести полную ответственность за животное. На родителей в любом случае ложится бремя финансовой ответственности, медицинского обеспечения, контроля удовлетворения всех потребностей животного. Сочувствие в данной ситуации проявляется ответственностью за животное и за всех членов семьи, на которых распространяется решение о том, чтобы взять животное в дом.

Если ребенок принес в дом животное, но семья не готова взять на себя ответственность, то одним из выходов является помещение животного в приют, откуда его смогут забрать люди, принявшие такое ответственное решение. Тем самым ребенок видит модель ответственной заботы.

Если родитель сомневается, а просьбы завести животное повторяются все чаще, хорошим вариантом является временная проба. Можно взять животное на временное пребывание, например, в период отпуска знакомых или родственников, чтобы дать возможность ребенку на самом деле почувствовать, что такое ухаживать за кем-то, быть старшим, сильным, ответственным.

Забота о домашнем питомце помогает ребенку научиться строить отношения, основанные на любви. Это требует проявления заботы, внимания и иногда даже жертвенности. Наличие домашнего животного в доме положительно влияет на детей. Родители могут научить их заботиться о других и нести за них ответственность. Например, ребенок, который испытывает трудности с концентрацией внимания и запоминанием информации, может без запинки прочитать стихотворение в присутствии собаки, хотя раньше у него это не получалось.

Однако психологическая польза питомца для детей зависит не от самого факта присутствия животного в доме, а от характера взаимоотношений с ним. А это, в свою очередь, зависит от отношений ребенка с другими членами семьи. Чем более благоприятными являются психологические условия жизни в семье, тем большую пользу приносят домашние питомцы своей поддержкой. Животные помогают людям выражать глубокие чувства. Общаясь с ними, ребенок всегда получает эмоциональную обратную связь. Домашние питомцы помогают детям удовлетворить потребность в заботе и опеке, с ними ребенок чувствует себя более сильным, компетентным. Лаская животное, ребенок успокаивается, потому что контакт с ним повышает окситоцин – гормон нежности и привязанности.

Животное позволяет отработать на себе те психологические навыки, которые у ребенка несовершенны. Например, робкий ребенок может попробовать научиться командовать, а эгоистичный – заботиться о ком-то.

Ребенок с низким эмоциональным интеллектом может учиться понимать состояния и намерения животного. А ребенок, который не чувствует границы, может научиться вовремя останавливаться.

Детям нравится общение с домашними животными потому, что оно эмоционально безопасно для них, предсказуемо и понятно. Питомцы никогда не оценивают, не критикуют, они любят и принимают ребенка таким, какой он есть, безусловно.

6.14. АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ПРИЧИНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО УЩЕРБА

Разбираемся в главном

Почему у детей проявляется агрессия?

Как преодолеть агрессивное поведение ребенка?

Можно ли преодолеть агрессию в поведении ребенка?

Какие бывают виды агрессии?

Какое поведение ребенка должно вызывать тревогу?

Если ребенок агрессивен, то он не умеет общаться
или мы его неправильно воспитали?

Основные понятия

Социализация – процесс вхождения ребенка в социальную среду через овладение имеющимися социальными нормами, правилами и ценностями, знаниями и компетенциями.

Агрессия – мотивированное поведение, направленное на нанесение физического или психического ущерба себе или другому лицу.

Произвольность поведения – способность осознавать и управлять своим поведением, преодоление побудительной силы ситуативных воздействий и стереотипных реакций в становлении способности определять свои действия и управлять ими.

Самосознание – осознанное отношение человека к своим потребностям и способностям, влечениям и мотивам поведения, переживаниям и мыслям.

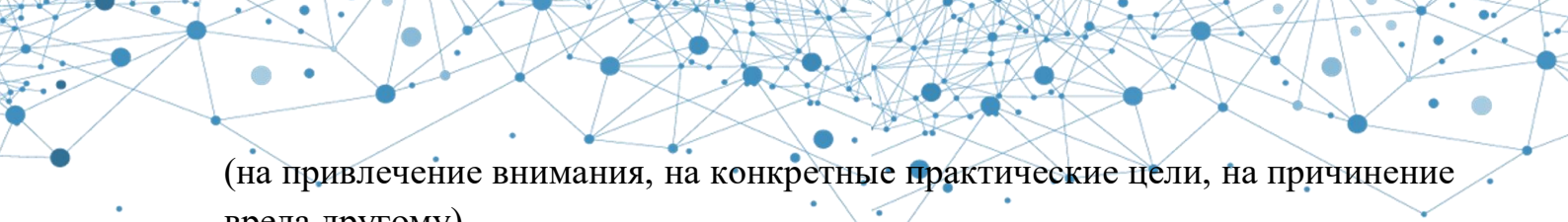
Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *информационные сайты, форумы, родительские собрания, групповые и индивидуальные консультации:* «Причины агрессии и аутоагрессии», «Пути преодоления агрессивного поведения детей», «Факторы риска в формировании агрессивности у детей дошкольного возраста», «Особенности общения со сверстниками у агрессивных детей дошкольного возраста», «Психологические особенности детей, склонных к агрессии», «Варианты детской агрессивности», «Основы психологического благополучия ребенка дошкольного возраста», «Условия успешного формирования личности и характера ребенка дошкольного возраста»;
- *лекторий:* «Предупреждение агрессивного поведения у детей дошкольного возраста», «Что делать, если ребенок проявляет агрессию по отношению к животным»;
- *семинары-практикумы:* «Контакт с агрессивным ребенком», «Как найти согласие с собой и окружающими»;
- *памятки:* «Что делать, если ребенок дерется», «Почему ребенок кусается»;
- *моделирование игровых и проблемных ситуаций.*

К концу дошкольного возраста у некоторых детей складываются предпосылки к формированию агрессивности как устойчивого качества личности. Основной причиной агрессивного поведения, направленного на себя или других, является неудовлетворенность базовых психологических потребностей во внимании, общении, принятии и признании со стороны взрослого, потребности в самостоятельности, в самовыражении или самоутверждении.

Отличительной особенностью агрессивных детей является определенное отношение к окружающим, в котором преобладает объективное начало, порождающее чувство обособленности и восприятия другого как источника опасности. Агрессивное поведение у детей представляет собой форму активности, порицаемую в социуме. Чаще всего агрессивное поведение проявляется в общении со сверстниками.

Агрессивные дети мало отличаются от своих сверстников по показателям психического развития (интеллект, социальный интеллект, произвольность поведения, умение играть, уровень самооценки). В дошкольном возрасте выделяются разные типы проявления агрессивности, которые различаются уровнем популярности в группе сверстников, уровнем детской компетентности, мотивационной направленностью агрессивного поведения



(на привлечение внимания, на конкретные практические цели, на причинение вреда другому).

Дети импульсивно-демонстративного типа чаще используют агрессию как способ привлечения внимания, их отличает низкий уровень популярности в группе сверстников, трудности регуляции поведения, низкие показатели компетентности в игре и других видах деятельности.

Дети нормативно-инструментального типа агрессивности часто являются лидерами в группе, хорошо регулируют свое поведение, компетентны в детских видах деятельности, имеют выраженные организаторские способности и используют агрессию как инструмент достижения собственных целей.

Наибольшую тревогу вызывают **дети целенаправленно-враждебного типа** агрессивности, для которых причинение вреда другому ребенку выступает как самоцель. Данный вид агрессии сложнее всего поддается коррекции. У таких детей преобладает прямая физическая агрессия. Игровые умения и регулятивные способности у таких детей соответствуют возрасту.

В зависимости от преобладающей мотивации и особенностей проявления агрессии необходимо строить и работу с такими детьми.

Всех агрессивных детей отличает фиксированность на себе, неспособность видеть и понимать другого. Преодоление детской агрессивности возможно в результате специальной коррекционной работы. Игры и занятия, направленные на преодоление чувства обособленности и враждебности, в целом, способствуют снижению агрессивных тенденций. Можно полагать, что это отношение отражает особый склад личности, ее направленность, которые порождают специфическое отношение к другому как к врагу. Другой ребенок выступает для них как противник, как конкурент, как препятствие, которое нужно устранить. Детей, склонных к агрессии, отличает представление о своей недооцененности со стороны сверстников, приписывание агрессивных намерений при решении конфликтных ситуаций и в реальном взаимодействии детей.

Все существующие подходы рассматривают агрессию как внешнюю деструктивную активность, поэтому основной путь коррекции – направление данной активности в социально-приемлемое русло. Это может осуществляться либо через катарсис, либо через расширение поведенческого репертуара, либо через формирование адекватных возрасту видов деятельности (для дошкольников – ролевая игра). Прежде всего работа с агрессивными детьми должна быть направлена на преодоление внутренней изоляции, на развитие способности видеть и понимать другого, формирование типа отношения

к сверстникам, в котором преобладает чувство общности и сопричастности по отношению к ним.

Причиной всех агрессивных форм поведения является психологическое неблагополучие ребенка, нарушение системы представлений о мире.

Поведение ребенка, вызывающее тревогу:

- высокая частота агрессивных действий (более 4 в час), направленных на причинение вреда другому человеку;
- преобладание прямой физической агрессии;
- наличие враждебных агрессивных действий, направленных не на достижение какой-либо цели, а на причинение физической боли или страданий сверстнику.

6.15. ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ И ПИЩЕВЫЕ ПРИВЫЧКИ

Разбираемся в главном

Как объяснить ребенку, что много сладкого вредит здоровью?

Нужно ли приучать ребенка питаться в одно и то же время?

Как убедить ребенка есть больше овощей и фруктов?

Что делать, если ребенку не нравится пища в детском саду?

Как не перекармливать ребенка?

Наш ребенок согласен есть, только когда смотрит мультфильмы.

Что нужно сделать, чтобы исправить ситуацию?

Ребенок всюду видит рекламу нездоровой пищи (гамбургеры, картофель фри, кетчуп и т.д.). Что нужно сделать, чтобы уберечь его от такой пищи?

Основные понятия

Пищевое поведение – общий термин, охватывающий такие поведенческие аспекты как принятие решений о том, что, когда и в каком количестве употреблять в пищу.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *педагогическая гостиная*: «Причины возникновения и профилактика пищевых зависимостей», «Формируем полезные пищевые привычки», «Витамины с грядки»;
- *акция*: «Огород на окошке».

Одной из неожиданных проблем сегодняшнего детского сада стали сложности с приемом пищи у значительного количества детей. Эти сложности связаны не только с содержанием меню или предпочтением тех или иных продуктов, но представляют собой новую психологическую проблему.

Причины изменения пищевого поведения

При ближайшем рассмотрении оказывается, что причин изменения пищевого поведения достаточно много. По отношению к этим причинам мы можем выделить и принципы здорового пищевого поведения.

Факторы нарушения

Пища является базовой, естественной потребностью человека и одновременно самой первой и простой формой удовольствия. Соответственно, нарушение пищевого поведения – это оторванность от своего «Я», от своих потребностей, когда ребенок на базовом уровне оказывается не в контакте с собой. Часто родители задаются вопросом, надо ли ограничивать ребенка в еде или, наоборот, заставлять?

Первый психологический принцип воспитания здорового отношения к пище – формирование положительного отношения к еде и переживание естественного удовольствия от еды.

Насильственное кормление, манипулирование едой, негативный эмоциональный фон питания в период младенчества – все это отрицательное воздействие приводит не только к нарушениям пищевого поведения, но и к нарушениям развития личности в целом.

Известному детскому педиатру и психоаналитику Д. Винникоту принадлежат слова, которые могут стать девизом питания в раннем возрасте: «Кормление без любви деструктивно».

Через пищевое поведение, положительное, эмоционально насыщенное взаимодействие по поводу пищи, ребенок получает подтверждение любви, первые положительные ощущения собственного тела и положительный опыт восстановления эмоционального благополучия с помощью еды. Кстати, этим способом справляться с переживаниями не пренебрегают и большинство взрослых.

Вторым принципом является создание атмосферы доброжелательности и общения во время еды. Фактором, негативно влияющим на развитие пищевого поведения, является специфический ранний сенсорный опыт, который формируется у малышей в отношении всех органов чувств, в том числе и вкусовых ощущений. Простейшие кирпичики ощущений ложатся в основу дальнейшего сложного здания восприятия информации, но развитие мозга может идти только с опорой на этот первичный фундамент. Соответственно, если в раннем возрасте малыш питался преимущественно

«баночной» едой, то у него и фиксируются в своеобразном «базовом каталоге» вкусов вкус брокколи-с-индейкой и т.д. Именно как единый общий вкус смешанных между собой продуктов специфической обработки. И когда ему предлагают отдельно брокколи, а отдельно курицу в детском саду, для него эти вкусы оказываются чужими. Базовый каталог формируется до 3 лет. Кроме этого, и структура пищи тоже задает предпочтения. Вот почему многие «баночные» дети не любят традиционную пищу детского сада и часто отказываются жевать.

Третьим принципом формирования психологически здорового отношения к еде является наличие в рационе ребенка разных продуктов, предпочтительно не в смешанных вариантах и различающихся по структуре и способам обработки.

Весьма важным представляется и негативное влияние культурных стереотипов, предъявляющих специфические требования к внешнему виду. Конечно, двухлетняя малышка не думает о фигуре и калориях, но определенные модели отношения к еде она уже начинает впитывать из социального окружения.

Пример из практики. К психологу обратилась мама по поводу лицевых тиков у своей пятилетней дочери, которые начались после выступления на новогоднем празднике, где у девочки была большая и насыщенная роль. Однако причиной нервного расстройства стало не выступление – девочка очень любила праздники. Представлению предшествовала подготовка, когда в ходе разучивания роли, воспитатели подсказали маме, что хорошо бы ее дочери немного похудеть, тогда она будет настоящей Снегурочкой. Активному, растущему, очень подвижному ребенку ограничили питание и начали внушать, что внешний вид девочки нуждается в коррекции. На всякий случай откомментируем, что в дошкольном возрасте идет активное формирование представлений о себе, образа тела, самооотношения, а нормативная самооценка дошкольника – завышенная (Я самый красивый! Я самый умный! Я самый добрый! и проч.). Причинно-следственная связь – очевидна.

Стремительный рост маленького ребенка, в том числе и в дошкольном возрасте, требует значительного потребления калорий. Почти 80% всех калорий, потребляемых ребенком дошкольного возраста, расходует мозг. Но развитие в культурах, одержимых похудением, играет в жизни детей негативную роль. Ограничения в еде и низкокалорийные диеты опасны как для физического, так и для психического здоровья ребенка, деятельность мозга которого нарушается.

Жесткие ограничения, обсуждение питания как проблемы, негативное отношение к внешнему виду ребенка – все это ведет к формированию

неадекватного образа тела, особенно у девочек, негативной самооценке и неприятию себя, нарушениям мозговой регуляции пищевого поведения, эмоциональным расстройствам.

Четвертый принцип воспитания отношения к еде у детей – поддерживать позитивную самооценку, не ставить в негативную связь еду и внешность ребенка, не подвергать сомнению положительные представления ребенка о своей внешности.

Критерии оценки нормативности пищевого поведения:

- отсутствует дефицит веса и роста;
- ребенок физически активен, подвижен;
- показатели психического развития, включая познавательное развитие, соответствуют возрастной норме;
- ребенок проявляет положительный эмоциональный фон;
- ребенок общается со взрослыми и стремится к совместной деятельности с родителями.

Профилактика нарушений пищевого поведения

Следующие рекомендации помогут родителям справиться с нарушениями пищевого поведения.

1. *Интерес и игровое включение в питание.*

Необходимо пробуждать интерес к пище, задавать новые акценты, включать ребенка в игру по поводу еды, например, сюжетно-ролевые игры в ресторанчик, в обед, торжественный банкет, день рождения и др. А реальный прием пищи – продолжение игрового взаимодействия.

2. *Еда как совместная деятельность.*

Важно подчеркивать во время приема пищи дружелюбность, взаимодействие всех сидящих за столом. И дома, и в детском саду трапеза может быть не только режимным моментом, а праздничным взаимодействием, включающим и обсуждение вкусовых качеств еды, и пробование, и угадывание продуктов, из которых приготовлена пища. Воспитатель, включенный в обед и сидящий за столом вместе с детьми, подсказывающий детям как совершать множество маленьких действий, необходимых за едой, и поощрительно обсуждающий все те правила, которые регулируют отношения за столом, станет реальным помощником в нормализации пищевого поведения ребенка. Важно превратить прием пищи в творчество, сознательное удовольствие и в искусство.

3. *Необходимо всегда пробовать.*

Важно не заставлять ребенка есть, но предлагать пробовать пищу в качестве интересного познавательного эксперимента. Это можно обставить как дегустацию, игры во вкусовые загадки, можно пробовать с закрытыми



глазами, обсуждать запах. На самом деле большую часть вкуса определяют рецепторы, ответственные за различение запахов. Нейропсихологи обнаружили, что сочетание вкуса и запаха любимых и новых продуктов в течение девяти секунд позволяет формировать сначала интерес к новому блюду, а затем и положительное отношение к нему. Для введения нового блюда в рацион достаточно несколько раз подержать во рту или понюхать новый продукт, заедая его вкусным десертом или съев небольшой кусочек любимой пищи до экспериментов с новыми блюдами.

4. *Пища должна быть привлекательной.*

Подделки самих детей из салфеток, бумаги и других материалов помогут разнообразить сервировку. Как правило, и работники кухни готовы к творчеству, творчество и кулинария – сферы пересекающиеся.

5. *Регулярно предлагать.*

Не заставлять, но регулярно предлагать. В идеале ребенок должен сам стремиться к пище. Возвращаясь с дневной прогулки, можно уже настраивать детей на обед, обсуждать как все проголодались, учить прислушиваться к своим организмам, быть в контакте с самим собой. Можно также уменьшить порции и совсем перестать уговаривать. Цель – съедать, формировать у ребенка ощущение завершенности, способности позитивно справиться с предложенным объемом пищи. Большие объемы не редко пугают, тогда как пример попросить добавку – очень заразителен. В результате можно постепенно выходить на нормативные порции.

6. *Стимулировать физическую активность.*

Поддержка физической активности, подвижности детей, создание условий для разнообразных движений обеспечивают здоровый обмен энергией. Приятно двигаться, радостно прыгать, чувствовать, как ласково пригревает солнышко, как после пробежки в мышцах сила бурлит и т.п. Обсуждение телесных ощущений и впечатлений создает условия для контакта с самим собой, осознания своей телесности.

7. *Убрать обсуждения веса и фигуры.*

Прекратить все разговоры, обсуждения «проблемы питания», вопросов стройности, веса, похудения и т.д. Полностью ЗАКРЫТЬ эту тему. Убрать ту напряженность и нервозность, которая возникла вокруг темы еды. Еда должна восприниматься позитивно и культурные стереотипы не должны отражаться на физическом и психическом здоровье детей.

8. *Синхронизировать питание дома и в детском саду.*

Важно синхронизировать по времени и по содержанию еду в детском саду и дома. То есть дома приемы пищи должны проходить в то же время, что и в образовательной организации, и очень желательно приблизить меню, чтобы

еда была привычной, узнаваемой, хорошо известной организму.

9. *Индивидуальные предпочтения.*

Помнить, что ребенок имеет право на индивидуальный выбор и без веских оснований отдавать предпочтения одним продуктам и не любить другие. Этот выбор может быть продиктован как интуитивными потребностями в определенных веществах, так и своеобразием личности.

6.16. КОМПЬЮТЕР, ИНТЕРНЕТ И КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Разбираемся в главном

Как правильно развивать, учить и воспитывать ребенка в условиях всеобщей компьютеризации, информатизации и цифровых технологий?

Как уберечь детей от киберопасностей современного цифрового общества?

Какой он, современный ребенок, появившийся на свет в эпоху цифровых технологий?

Каким образом влияет на детей необходимость постоянного пополнения знаний и умений для оперирования информацией?

Что может дать ребенку общество, развивающееся в глобальных сетях, представляющее собой некий «коллективный разум»?

Основные понятия

Цифровое общество – общество, инфраструктура которого функционирует посредством цифровых технологий, к которым относят все то, что связано с электронными вычислениями и преобразованием данных: гаджеты, электронные устройства, технологии, программы.

Цифровая среда – многофункциональное пространство, созданное с помощью цифровых технологий. Цифровая среда для ребенка дошкольного возраста представляет собой виртуальное пространство, способное моделировать и транслировать информацию в доступной форме. Характеристиками цифровой среды для детей дошкольного возраста являются «направленность на обучение и развитие ребенка», «информационная безопасность» и «защита от киберугроз».

Информационная безопасность – «...состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их

здоровью и (или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию»¹¹.

Киберугроза – это незаконное проникновение в личное цифровое пространство через носитель данных (гаджет) с целью причинения вреда (материального, физического, психологического).

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *родительские собрания, тематические встречи-обсуждения с передачей опыта, дискуссии:* «Как выбрать полезную компьютерную игру?», «Защита ребенка от деструктивной информации», «Организация кибербезопасной среды дошкольника», «Интернет-зависимость – как избежать?»;
- *родительское собрание:* «Телевидение в жизни семьи и ребенка»;
- *конкурс семейных девизов:* «Скажем «Нет» вредным привычкам!» (пищевые привычки, гаджеты и сеть интернет);
- *визуальная информация:* памятки, буклеты;
- *практикумы:* «Как отказаться от гаджетов или что такое цифровой детокс?», «Вред и польза гаджетов у детей», «Профилактика зависимостей».

В современном мире значительно увеличилось не только количество и доступность продуктов технического прогресса, но и расширились их функциональные возможности. Дети сильно изменились под воздействием информационно-технического прогресса общества.

Марк Пренски в 2001 году ввел такое понятие, как «аборигены цифрового общества». Это поколение людей, родившихся и развивающихся в условиях, когда новые технологии уже стали неотъемлемой частью жизни. Они привыкли к цифровым играм и инструментам, которые являются для них естественной средой обитания.

Аборигены цифрового общества понимают ценность цифровых технологий и могут пользоваться ими без специальной подготовки. Они обладают интуитивным владением информатикой, компьютерами, электронными устройствами и мобильным оборудованием. Им не нужно читать руководство пользователя или просить уроки по использованию компьютера.

Это поколение выросло в окружении интернета и социальных сетей, поэтому они думают и обрабатывают информацию иначе, чем предыдущие поколения. У них изменились алгоритмы мышления.

¹¹ Ст.2 п.4 Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

Это настолько радикальное изменение, что образовался большой разрыв между молодым поколением и предыдущими. Отсюда возникает часть проблем с родителями и преподавателями. Особенно остро этот конфликт поколений ощущается в образовании.

Разрешение данного конфликта намечается не в стремлении старшего поколения «догнать» молодое, а в переходе от компьютерной грамотности к информационной культуре для молодого поколения. Старшее поколение, выполняя социальный заказ нового общества, берет на себя важную функцию формирования у современных детей культуры использования информационных коммуникационных технологий и средств массовой информации как части общей культуры человека. При этом учитываются возрастные и психологические особенности детей, сохраняется их психическое и физическое здоровье.

Специалисты предупреждают: постоянное воздействие негативных факторов современной цифровой среды может привести к снижению уровня психологической и личностной зрелости ребенка. Они отмечают опасность задержки развития сферы воображения, ориентации на наглядность при восприятии информации, формирования коммуникативных умений и навыков, слабости произвольной сферы и искажения восприятия мироустройства. К факторам риска также относятся киберугрозы, с которыми дети сталкиваются в цифровом пространстве.

В целом, последствия неуправляемого и необдуманного взаимодействия детей с цифровым миром можно разделить на несколько категорий:

1. *негативное влияние на психику ребенка;*

Самые распространенные жалобы этой категории: эмоциональная неустойчивость, агрессивное поведение ребенка, снижение самооценки, развитие компьютерной зависимости, отказ от других видов деятельности и др.

2. *нарушение физического здоровья ребенка;*

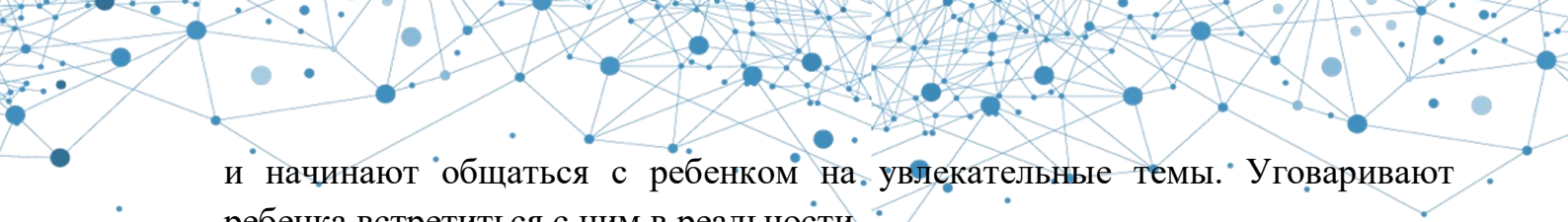
Ухудшение зрения, нарушения опорно-двигательного аппарата и осанки, головные боли, трудность с засыпанием и др.

3. *социальная дезадаптация личности;*

Проблемы в установлении взаимоотношений со сверстниками, напряженность отношений с родителями и взрослыми, снижение качества формирования навыков учебной деятельности, появление антисоциального поведения и др.

4. *угроза жизни ребенка от преступников.*

В цифровом пространстве сложно узнать, с кем ребенок общается. Преступники создают профиль, в котором представляют себя как сверстника



и начинают общаться с ребенком на увлекательные темы. Уговаривают ребенка встретиться с ним в реальности.

Выделим наиболее **частые киберугрозы**, с которыми встречаются дети.

– *Нежелательный контент.*

К нежелательному контенту относится все то, о чем ребенку не следовало бы узнавать как можно дольше. К этой категории относятся порносайты, информация, пропагандирующая агрессивное поведение, алкоголизм, употребление наркотиков, самоубийство и многое другое. Нежелательный контент – самая частая угроза, с которой сталкиваются дети в интернет-пространстве. При этом дети редко делятся с родителями своими открытиями.

– *Развитие пристрастия к азартным играм.*

Вопреки мнению, что дети сами «перерастут» игровую зависимость, это случается довольно редко. Чаще всего одни игры сменяются другими. Времени и потребности заниматься чем-либо еще становится все меньше.

– *Различные виды мошенничества.*

Фишинг (у детей пытаются разными способами узнать конфиденциальную информацию, номера и пароли банковских карт родителей и т.д.), непреднамеренная трата денег (во многих первоначально бесплатных онлайн-играх игрокам предлагается купить за деньги различные опции, дающие ощутимые преимущества в игре).

– *Вирусные атаки.*

Способствуют не только поломке компьютера, возможна кража конфиденциальной информации, личной переписки и т.д., что в последствии может служить для преступников предметом шантажа.

– *Доступ к личной информации.*

Необходимо знать, что домашняя сеть не безопасна. Любая информация, которую вы размещаете или ищете, доступна любому. Особенно осторожно следует относиться к той информации, которую сами родители размещают в социальных сетях.

– *Кибергруминг.*

Прямая угроза жизни и здоровью детей от незнакомцев, предлагающих личные встречи через интернет-пространство. Общаясь в социальной сети с ребенком, преступник вызывает интерес и устанавливает эмоциональную связь с целью сексуального насилия и / или убийства.

6.17. СПОСОБНОСТИ И ТАЛАНТЫ

Разбираемся в главном

Как распознать способности ребенка?

Можно ли развить способности?

У каждого ли ребенка есть способности?

Как понять, что наш ребенок талантлив?

Во сколько лет уже можно говорить о таланте ребенка?

Нужно ли водить ребенка в кружки секции для развития его талантов?

Основные понятия

Способности – свойства и качества человека, которые определяют его готовность к успешному выполнению деятельности. Эти свойства зависят от того, какими способами деятельности и в какой мере владеет человек.

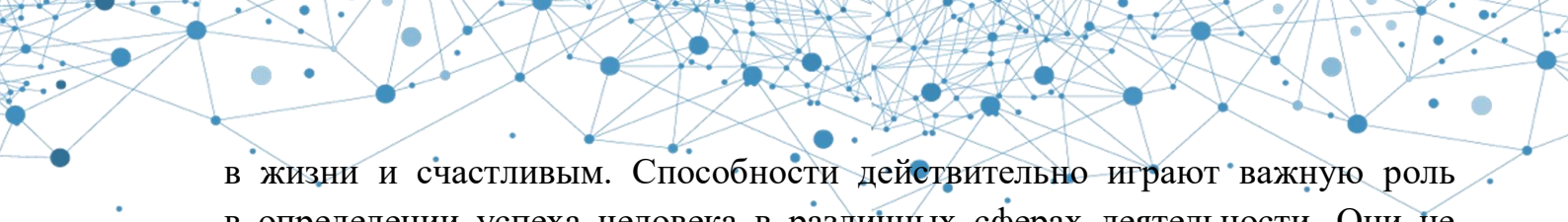
Талант – высокий уровень способностей в какой-либо деятельности или сфере.

Задатки – наследуемые анатомо-физиологические свойства, особенности строения головного мозга и нервной системы и др.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *дискуссия*: «Одаренные дети – кто они?»;
- *консультации*: «Способности и таланты у детей дошкольного возраста», «Юный почемучка», «Все дети талантливы», «Способы реализации потенциала ребенка», «Как заметить и развить способности ребенка»;
- *родительский тренинг*: «Мои суперспособности»;
- *личный дневник достижений*: «Таланты ребенка»;
- *круглый стол для родителей*: «Что мешает ребенку развиваться?»;
- *фестиваль семейного творчества*: «Калейдоскоп талантов»;
- *семейное кафе*: «Таланты, мы ищем вас»;
- *совместный досуг*: «Ну-ка вместе, ну-ка дружно!».

Каждый родитель мечтает и прикладывает массу усилий, чтобы их ребенок был способным. Именно тогда, по их мнению, он будет успешным



в жизни и счастливым. Способности действительно играют важную роль в определении успеха человека в различных сферах деятельности. Они не передаются по наследству, а формируются и развиваются в процессе деятельности. У детей способности развиваются через игру, рисование, лепку, строительство и другие виды деятельности, которые помогают им познавать и осваивать окружающий мир, включая отношения между людьми, строение предметов, связь объектов и явлений, течение времени и т.д.

По мере освоения различных видов детской деятельности у детей развиваются способности, которые не ограничиваются только приобретением новых знаний, умений и навыков, но и обеспечивают успешное решение разнообразных задач, с которыми ребенок сталкивается в жизни. Например, маленький ребенок может научиться считать до 10 или даже до 20, но пересчет предметов по одному, сравнение двух групп объектов по количеству или решение элементарных арифметических задач в пределах 10 может оказаться для него сложной задачей.

Существуют общие способности, такие как умственные или творческие, которые необходимы каждому человеку для решения разнообразных задач и проблем. Также существуют специальные способности, необходимые в определенной области или деятельности, например, математические или литературные.

Дошкольный возраст чрезвычайно важен именно для развития общих способностей. Поэтому взрослым необходимо создавать для ребенка условия, чтобы ребенок имел возможность играть, слушать музыку, любоваться картинами живописи, рисовать окружающий мир и свои фантазии, лепить объекты и делать постройки, решать разнообразные детские задачи и др. Это делает его способным воспринимать, анализировать, рассуждать, придумывать новое.

Чтобы обеспечить условия развития способностей, необходимо:

- обеспечить ребенка разнообразными играми и пособиями, материалами для творчества, книгами;
- оказывать ему своевременную и необходимую помощь в решении разнообразных задач;
- выделять ребенку время для самостоятельных занятий чем-то интересным для него.

Некоторые дети проявляют особый интерес к определенной деятельности и получают удовольствие от занятий ею. Они стремятся как можно быстрее и лучше освоить ее, что ведет к повышению специальных способностей и более успешному решению задач в этой деятельности по сравнению со сверстниками.

Например, в музыке такие дети могут создавать неповторимые и оригинальные произведения, быстро и успешно решать разнообразные музыкальные задачи. Сочетание разных факторов, таких как задатки, желание заниматься определенной деятельностью и способности, может привести к проявлению таланта у ребенка.

Чтобы поддержать талант ребенка, стоит подобрать для него специальный кружок, секцию или студию, соответствующие его интересам. Это поможет развить его способности и талант, а также обеспечить успешное решение разнообразных задач в выбранной области деятельности.

6.18. ФОРМИРОВАНИЕ ПЕРВОНАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ

Основные понятия

Финансовая грамотность – это совокупность знаний, навыков и установок в сфере финансового поведения человека, ведущих к улучшению благосостояния и повышению качества жизни.

Основы финансовой грамотности для дошкольников – это финансово-экономическое образование детей, позволяющее заложить базис будущей финансовой культуры человека.

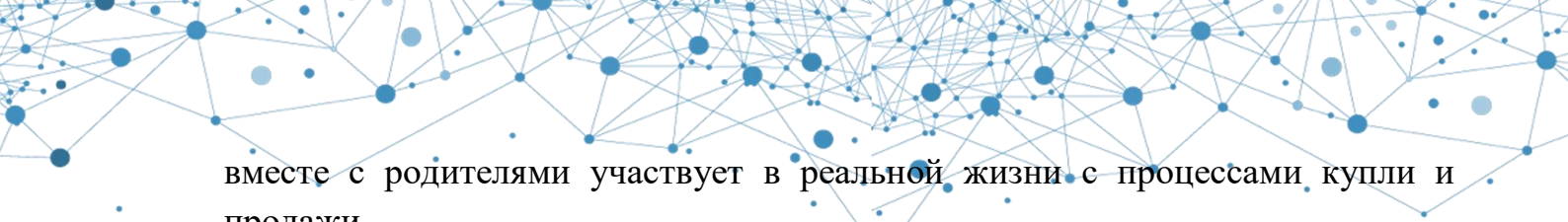
Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *дискуссия*: «Что нужно знать детям о финансах?»;
- *мастер-класс*: «Как познакомить ребенка с деньгами и семейным бюджетом»;
- *конкурс лучших семейных практик по финансовому воспитанию*;
- *заседание семейного клуба*: «Мир финансов и дети».

Для каждого родителя важно обеспечить своему ребенку успешное будущее. Мы стремимся подготовить его ко всем перипетиям взрослой жизни, в том числе, в части обеспечения личной финансовой безопасности. Это связано с расширением использования финансовых услуг, усложнением и появлением новых, трудных для понимания финансовых инструментов, повышением финансовой грамотности населения.

Формирование первоначальных финансовых представлений реализуется постепенно, связано с приобщением ребенка к труду в семье, ознакомлением с профессиями, формированием элементарных экономических знаний и формированием культуры потребления.

Именно в семье ребенок соприкасается с такими элементарными экономическими категориями, как вещи, труд, деньги. Ребенок постепенно приобщается к потребностям семьи, познает мир профессий, осознает значимость труда родителей и соотношение понятий «работа» и «деньги»,



вместе с родителями участвует в реальной жизни с процессами купли и продажи.

Вовлекая ребенка в совместное составление списка покупок, выбор необходимых товаров в магазине, оплату покупок, вы помогаете ребенку почувствовать себя участником общих семейных дел. Можно поручить старшему дошкольнику сделать небольшую покупку самостоятельно. Это тренирует такие важные качества, как самостоятельность, самоконтроль, внимательность, коммуникативные навыки и навыки счета.

При этом очевидно, что необходимо формировать у ребенка культуру потребления. Бережное отношение к ресурсам, уважение к результатам чужого труда, рациональное ведение домашнего хозяйства – неотъемлемые компоненты предпосылок финансовой грамотности.

Важно учить ребенка соотносить доходы и расходы, планировать траты, поощрять накопление и экономию ресурсов. На собственном примере показывайте детям бережное отношение к вещам, аккуратность в их использовании. Будет уместно вместе с ребенком починить сломанную игрушку, заклеить порванную книгу, подобрать заплатку на порванные джинсы; принять участие в благотворительной акции и отдать ненужные вещи, в том числе и вещи ребенка, которыми он не пользуется и готов передать в пользование другим. Обязательно следуйте правилу экономичного расходования электричества, воды и других ресурсов.

Большим воспитательным потенциалом обладают художественные произведения. Обсудите вместе с ребенком содержание таких сказок и рассказов, как «Петушок и бобовое зернышко» (обраб. О. Капицы), «Федорино горе» (К.И. Чуковский), «Заплатка» (Н.Н. Носов), «Два жадных медвежонка» (обраб. А. Краснова и В. Вайсберга), «Три поросенка» (пер. с англ. С. Михалкова), «Кот в сапогах» (пер. с франц. Т. Габбе). Также можно читать с детьми книги о деньгах, рекомендуемые для дошкольников: с историями про чудо-остров (Т. Попова), «Волшебный банкомат» (А. Булавкина), «Как научить ребенка обращаться с деньгами» (Дж. Годфри). Для всей семьи – с уроками от лабрадора «Пес по имени Мани» (Мани Бодо Шефер); «Книга будущего миллионера: богатство и бедность, золото и деньги, твои личные деньги»; «Дети и деньги» (Е. Блискавка) – самоучитель семейных финансов для детей и др.

Мультимедийные фильмы для детей: «Уроки Совы», «Буратино», «Простоквашино», «Барбоскины и реклама», С. Михалков «Как старик корову продавал».

Предполагаемые результаты в освоении детьми старшего дошкольного возраста представлений о финансовой грамотности:

- на доступном уровне дети осознают взаимосвязи понятий: «труд – продукт – деньги» и «стоимость продукта в зависимости от его качества»;
- признают качества: экономность, бережливость, расчетливость, трудолюбие, рациональность, а также честность, щедрость, доброта, отзывчивость, взаимопомощь;
- активно используют в игровой деятельности основные экономические понятия, которым уделялось внимание в ходе освоения базовых представлений;
- осознают и соизмеряют свои возможности и потребности;
- имеют представление о зарплате как оплате за количество и качество труда;
- понимают, что расходы семьи не должны быть расточительными;
- осознают, что сбережения семьи при разумном расходовании могут быть использованы для приобретения необходимых вещей и отдыха всей семьей;
- понимают, что реклама помогает бюджету, только если она правдива, а в обратном случае может навредить.

Особое внимание необходимо уделить формированию базовых национальных ценностей честности, верности своему слову, трудолюбию, ответственности, бескорыстию, приоритету духовного над материальным, справедливости, взаимопомощи, вежливости.

Деньги не всегда являются решением всех проблем. Главное в жизни – уважение, любовь и дружба – их нельзя купить за деньги.

6.19. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ДЕТЕЙ

Разбираемся в главном

Где помогут раскрыть таланты наших детей?

Нужно ли нашим детям посещать дополнительные кружки и секции или детского сада будет достаточно?

Как выбрать подходящую для ребенка дополнительную образовательную программу?

Основные понятия

Дополнительное образование – это целенаправленный, систематизированный и поэтапный процесс обучения и воспитания ребенка с помощью дополнительных программ.

Рекомендуемые формы и темы просвещения родителей

- *круглый стол*: «Как выбрать дополнительную образовательную программу для ребенка?»;
- *дискуссия*: «Дополнительное образование дошкольников: быть или не быть?»;
- *презентация дополнительных образовательных программ*, реализуемых ДОО;
- *День открытых дверей* по дополнительному образованию в ДОО;
- *мастер-класс*: «Как раскрыть таланты и способности ребенка?»;
- *фотозоны* с результатами освоения дополнительных образовательных программ.

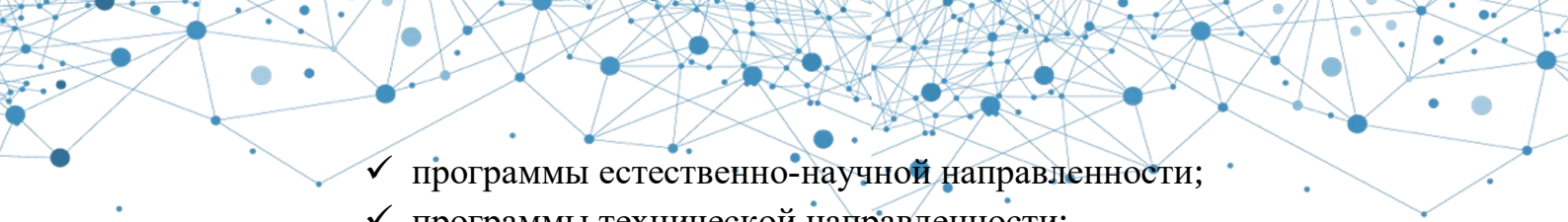
Программы дополнительного образования для детей сегодня достаточно популярны, и можно встретить разнообразные предложения таких программ, поступающие от организаций образования, культуры, спорта. Дополнительное образование является важной частью всей системы образования и направлено, прежде всего, на раскрытие способностей детей, предоставление им возможности реализовать заложенный потенциал, повысить качество образования в целом. Также возможности дополнительного образования могут быть направлены на повышение качества образовательных результатов у детей, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ.

Согласно «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (2022 г.), дополнительное образование детей обладает следующими специфическими характеристиками:

- ✓ свобода личностного выбора деятельности, отвечающая индивидуальным запросам и потребностям;
- ✓ широкая вариативность содержания образовательного процесса и форм его организации;
- ✓ тесная связь с практикой;
- ✓ адаптивность к меняющимся условиям;
- ✓ возможность выбора образовательной программы.

Дополнительные программы для детей могут быть следующих направлений:

- ✓ программы туристско-краеведческой направленности;
- ✓ программы в области физической культуры и спорта;

- 
- ✓ программы естественно-научной направленности;
 - ✓ программы технической направленности;
 - ✓ программы художественной направленности.

В дошкольном возрасте выбор дополнительных программ и их направленности принадлежит родителям. Наблюдая за своим ребенком, его развитием, обсуждая динамику развития ребенка с педагогами дошкольного образования, ориентируясь на проявляемые ребенком интересы, родители имеют возможность выбрать ту или иную программу.

Дополнительное образование рассматривается современными родителями детей дошкольного возраста не со стороны развлекательной функции, а прежде всего, как место, где ребенок может познавать различные сферы и явления жизни, улучшать свое здоровье, а также приобретать различные умения и навыки.

Определяясь с выбором дополнительных программ, следует учитывать, что многие дети дошкольного возраста активны, пытливы, проявляют интерес ко всему окружающему и готовы включаться в процесс познания нового. Поэтому можно, следуя за возможностями, интересами и желаниями ребенка, позволить ему попробовать себя в разных новых видах деятельности и предоставить выбор. При этом следует помнить и о нормах нагрузки на детей. Не следует увлекаться большим количеством разнообразных дополнительных программ и перегружать ребенка. Следует также помнить о том, что дошкольное образование как уровень образования строится в системе, и нежелательно подменять эту систему обилием разнообразных дополнительных программ, нарушая тем самым образовательный процесс. Дополнительные программы направлены именно на углубление или расширение содержания основного образования, но не на подмену его. Оптимальным будет посещение ребенком 2-3 дополнительных программ. Также не забудьте о допустимой длительности одного занятия с детьми дошкольного возраста и ориентируйтесь на время не более 30-35 минут, чтобы не нарушать физиолого-гигиенические нормы и не увеличивать нагрузку на детей.