

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар «Центр развития ребёнка –
детский сад №232

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ТЕМА "Как сохранить психическое здоровье ребенка"

Составила: воспитатель группы №12

Голенчук Ирина Валерьевна

2020г

Консультация для родителей. "Как сохранить психическое здоровье ребенка"



Всегда находите время поговорить с ребенком. Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы.

Не оказывайте нажима на ребенка, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на собственное мнение.

Научитесь относиться к ребенку как равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом.

Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания "психологические пощечины".

Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой. Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.

Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.

"Волшебные слова"

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть нужности другому - одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение - необходимое условие нормального развития ребенка. Это потребность удовлетворяться, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах:

Как хорошо, что ты у меня есть.

Как хорошо, что ты у нас родился.

Я рада тебя видеть.

Ты мне нравишься.

Я люблю, когда ты дома.

Мне хорошо, когда мы вместе.

А эти позитивные утверждения помогут вам наладить комфортную атмосферу в семье:

У нас любящая, гармоничная, веселая и здоровая семья.

Мы превосходно общаемся между собой.

Их можно говорить вслух, про себя, петь. Сделайте красочный плакат и повесьте его на видном месте в вашей квартире.

"Организация общения с ребенком"

В общении со своими детьми:

Радуйтесь вашему сыну, дочке.

Разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном.

Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте внимательно, не перебивая.

Установите четкие и определенные требования к ребенку.

В разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов, их признаков, действий с ними.

Ваши объяснения должны быть простыми и понятными.

Говорите четко, ясно.

Будьте терпеливы, сначала спрашивайте "Что?", а затем "Зачем?" и "Почему?".

Каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное, поощряйте любопытство, любознательность и воображение вашего ребенка.

Чаще хвалите ребенка, поощряйте игры с другими детьми, заботясь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления, о которых он мог бы рассказать.

Старайтесь, чтобы ребенок вместе с вами что-то делал по дому, проявляя интерес к тому, что нравится делать (коллекционировать, рисовать и т.д.).

Не теряйте чувство юмора, играйте с ребенком в разные игры, чаще делайте что-либо сообща, всей семьей.

Чтобы установить доверительные отношения с ребенком и сохранить их:

Не перебивайте ребенка, не говорите, что вы все поняли, не отворачивайтесь, пока ребенок не закончил рассказывать, другими словами, не дайте ему повода тревожиться, что вас мало интересует то, о чем он говорит.

Не задавайте слишком много вопросов.

Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.

Не заставляйте ребенка делать что-нибудь, если он вертится, устал, расстроен, не требуйте слишком много - пройдет немало времени, прежде чем ребенок приучится самостоятельно убирать за собой игрушки или приводить в порядок свою комнату.

Не критикуйте ребенка с глазу на глаз, тем более не делайте это в присутствии других людей.

Не придумывайте для ребенка множество правил: он перестанет обращать на них внимание.

Не сравнивайте ребенка с другими детьми.