

РЕКОМЕНДАЦИИ УЧАСТНИКАМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО КОРРЕКЦИИ ПОВЕДЕНИЯ И ПОДДЕРЖКЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ



1. «Делу время».

Следуйте правилу: очередное развлечение только после того, как ребёнок выполнит какое-то конкретное дело. И так, сначала дело, а только потом отдых. Причем чем больше дел, тем больше развлечений и времени для отдыха.

2. «Постоянное хобби».

Воспитывайте у ребенка интерес к какому-нибудь

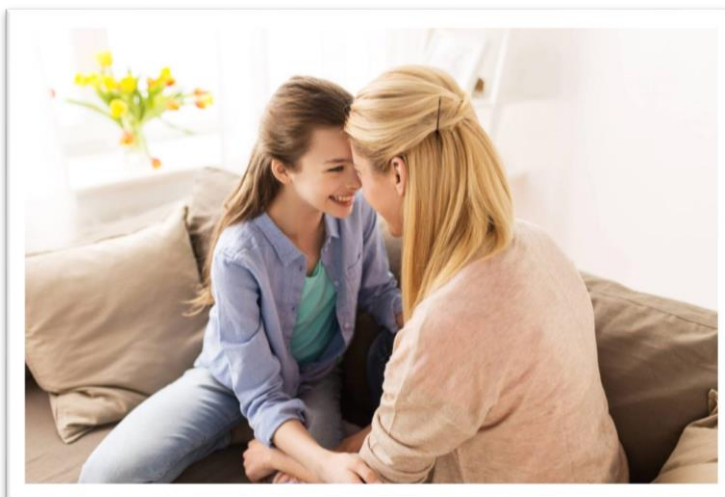
занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Задача родителей — найти те занятия, которые бы удавались ребенку и повышали его уверенность в себе. Однако не следует перегружать ребенка занятиями в кружках, где требуется значительная нагрузка на память и внимание, особенно если он не испытывает особой радости от этих занятий. Необходимо поощрять и стимулировать интерес ребёнка к полезной деятельности, выбрать постоянное хобби, поощрять занятия и увлечённость ребёнка. Помогите расширить границы его увлечений, находите новых увлеченных этим же делом людей, дайте ему больше информации об этом занятии, выпишите подходящие газеты или журналы, запишитесь (если есть такая возможность) в кружок или секцию и т.п.

3. В своих отношениях с ребенком **придерживайтесь «позитивной модели»**. Хвалите его в каждом случае, когда он того заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи. Ребенок всегда должен чувствовать вашу помощь и поддержку. Преодолевайте вместе возникающие трудности совместно.

4. Если вы что-то запрещаете ребенку, постарайтесь объяснить, почему вы это делаете. **Запретов не должно быть слишком много**. Это рождает ненужный негативизм и сопротивление. Предлагайте ребёнку возможность выбора, когда это возможно («Тебе необходимо сделать уроки. Когда ты их сделаешь: до обеда или после?»).

5. **Поручите ребенку часть домашних дел**, которые необходимо выполнять ежедневно, и ни в коем случае **не выполняйте их за него** (уход за домашними животными).

6. **Избегайте завышенных или, напротив, заниженных требований к ребенку**. Старайтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его возможностям.



7. Создайте ребенку дома необходимые условия. У него **должен быть свой уголок**; во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекало бы его внимание.

8. Оберегайте ребенка от **переутомления**, поскольку оно **приводит к снижению осознанной саморегуляции деятельности и поведения**. Старайтесь соблюдать режим дня своего ребенка. Следите, чтобы он высыпался, так как недостаток сна ведет к еще большему снижению внимания и самоконтроля.

9. **Развивайте у ребенка навыки самоконтроля**. Предоставьте ему возможность расходовать избыточную энергию (на прогулке, в спортивной секции).

10. При проблемах с организацией деятельности, нужно **поощрять ребёнка к планированию своих действий**. Планирование должно стать обязательным, но коротким этапом, претворяющим каждое действие. «В двух словах скажи, как будешь решать эту задачу?» - подобными вопросами взрослый может побуждать ребенка к планированию действий. Но, выделяя в каждом детском действии самостоятельный этап планирования как подготовки к действию, **взрослый должен следить за тем, чтобы они были реализованы, чтобы действие не подменялась планированием**. Планировать следует не только умственные, но и бытовые, повседневные действия. Так, принимаясь за уроки, ребенок должен решить, в какой последовательности он их будет выполнять. Этот общий план нужно не просто составить, но и материально закрепить: достать все, что нужно для приготовления уроков, сложить учебники и тетради на рабочем месте именно в той последовательности, которая намечена в плане.

11. Все **«организационные моменты деятельности» должны быть доведены до автоматизма**. Это позволяет выделить островки упорядоченности в общем хаосе поведения неорганизованного ребенка. С чего начать, какой именно участок детской неорганизованности упорядочить и автоматизировать в первую очередь - приготовление уроков, утренний ритуал сбора в школу, вечернюю уборку игрушек, сбор портфеля - это родители решают сами.

Главное, не хвататься за все сразу и не рассчитывать на быстрый успех, но последовательно отрабатывать каждый отдельный автоматизм. И понимать, что ребенок, не владеющий навыками самоорганизации, нуждается сначала в максимальной, а потом – в постепенно убывающей помощи взрослых.

12. Чувства ребенка нельзя оценивать, **невозможно требовать, чтобы ребенок не переживал того, что он переживает**. Как правило, бурные аффективные реакции – это результат длительного зажима эмоций, эмоционального стресса, связанного с невозможностью получить желаемое. Следует с осторожностью «извлекать» ребёнка из удовольствия (например, прекращение компьютерной игры, которой он сильно увлечён и уже долго играет). Не нужно сразу после этого заставлять ребёнка делать уроки. **Необходимо одно удовольствие в «нереальном» мире заменить удовольствием в «реальном»** (например, предложить покушать что-нибудь вкусное, либо предложить что-нибудь интересное). Только после того, как ребёнок придёт в эмоциональную норму, можно переходить к домашним урокам.

13. Следует помнить, что **не существует плохих или хороших эмоций, и взрослый во взаимодействии с ребёнком должен непрерывно обращаться к доступному для ребёнка уровню понимания**, каким может быть допустимое поведение в данный возрастной период (не нужно забывать, что перед вами всего лишь **ребёнок**, для которого характерно и является нормой **детское**, а не взрослое поведение). **Учите ребёнка сдержанности и самоконтролю поведения на собственном примере.**

14. При демонстративности в поведении ребёнка наблюдается **потребность во внимании со стороны взрослых и сверстников**. Причём со временем, **если ребёнок не получает желаемого внимания со стороны важных для него людей, демонстративное поведение закрепляется**, так как подобным образом он может получать реакцию окружающих, их внимание к своей личности. И уже становится неважным – положительная данная реакция окружающих либо отрицательная.

Демонстративность это не недостаток, а личностная особенность, которая возникает очень рано. Далее она может развиваться либо естественно (если встречает понимание у окружающих) и тогда приведет вовсе не к "самолюбию", а к адекватной самооценке, умению самовыражаться в позитивном русле. Либо противоестественно - в негативистических формах или в форме «ухода от деятельности», грозящей неудачей. Первичный поиск сферы самореализации для демонстративного ребенка родители должны предпринять вместе с педагогами, которые могут правильно оценить его способности и возможности. Ребенку необходима сфера, в которой можно реализовать демонстративность. Вовсе нравятся животные, он охотно ухаживает за ними, словоохотлив, имеет хорошо развитую речь, любит футбол. Нужно дать возможность «показать» свое положительное умение, чтобы его положительно оценили. Положительное подкрепление

(положительные эмоции от содеянного) является тем механизмом, который способен корректировать поведение.

15. Взрослый должен трезво оценить действенность предлагаемых рекомендаций, ясно осознать, что **в первое время изменения стиля общения с ребенком приведет не к снижению, а к взрыву негативизма**. Если ребенок обнаружит, что средства пусть даже самые возмутительные, которыми он до сих пор добивался внимания, вдруг перестали действовать, то первое, что он попытается сделать - это «проломить стену лбом»: усилить прежде весьма эффективные средства воздействия на взрослых (истерика, импульсивное поведение, агрессия, отказ, избегание). Однако, если выдерживать постоянство требований и проявлять должное терпение и выдержку, ребёнок способен закрепить новую более благоприятную модель поведения.

Педагог-психолог
ГУО «Узденская районная гимназия»
+375293497954

В.В. Пиликевич