***Психолог Смирнова Наталия Анатольевна***

**Чтобы ребенок вас услышал**

*Каждому родителю хочется конструктивного общения со своим ребенком. Каждый мечтает быть своему ребенку другом и помощником, чтобы сын или дочка слушали и выполняли просьбы с первого раза, понимали важность ваших слов, но часто бывает наоборот. Вы стараетесь, а ничего не получается: дети не слушаются, капризничают, упрямятся, а в семье происходят ссоры, скандалы. Портится настроение и у детей, и у взрослых. Как же избежать неприятностей?*

- Необходимо установить зрительный контакт на уровне глаз ребенка (можно сесть на корточки или стул).

- Обращайтесь к ребенку по имени.

- Говорите коротко и внятно. Чем больше вы говорите, тем меньше ребенок будет вас слушать.

- Попросите ребенка повторить вашу просьбу или задание.

- Предлагайте то, от чего ребенок не сможет отказаться («Оденься, чтобы пойти и играть на улицу»).

- Меняйте привычные реплики, будьте позитивны (вместо «*Бегать нельзя»,* лучше – «*Дома мы ходим, а бегать можно на улице»*).

- Скажите о том, что вы хотите лично «Я хочу». Дети любят делать приятное родителям, но не любят приказов. Вместо того, чтобы кричать с кухни «Быстро обедать», когда ребенок смотрит мультики, подойдите к нему, посидите с ним пару минут, а во время рекламы заберите его кушать.

- Давайте малышу «нужный-мнимый» выбор»: *«Ты сначала хочешь надеть пижаму или почистить зубы?», «Ты хочешь надеть красную шапку или синюю?» и пр.*

- Задавайте вопросы по возрасту. Не все дети, а порой и взрослые могут ответить на вопрос: *«Зачем ты это сделал?»,* лучше так: *«Давай поговорим, о том, что ты сделал».*

- Используйте вежливые слова *«Пожалуйста», «Спасибо» и др.,* учите ребенка говорить их вам, используйте их сами при диалоге с ним.

- Говорить с ребенком корректно - вместо: *«Ты должен»* - *«Мне хочется, чтобы ты».* Если вопрос подразумевает негативный ответ, лучше просто попросить: *«Забери свое пальто, пожалуйста»* вместо: *«Ты можешь забрать свое пальто?».*

- Оставляйте забавные напоминалки, записочки, смайлики. Такой способ общения очень нравиться детям.

- Чем громче кричит малыш, тем спокойнее говорите вы: *«Я понимаю тебя»*, «*Как я могу помочь?».* Но все таки сначала необходимо успокоиться, потом общаться с ребенком.

- Постарайтесь до конца выслушивать вашего ребенка.

- Отказывая своему ребенку в чем-то, давайте альтернативу: *«Ты пока не можешь один пойти в парк, но ты можешь поиграть с друзьями во дворе».*

- Задавайте ребенку вопросы, на которые вы получите развернутые ответы. Вместо: *«Ты хорошо провел день в детском саду?»,* лучше «*Что тебе понравилось больше всего в д/с?».*

- Говорите о том, как вы себя чувствуете, о своих чувствах и переживаниях, дети не любят делать плохое родителям: «*Когда ты убегаешь в магазине, мне становится очень страшно, что я тебя потеряю».*

- Когда вы не смогли переубедить своего ребенка, постарайтесь не повышать голос, лучше спокойно, но уверенно и твердо сказать: *«Я не изменю своего мнения по этому поводу. Извини»*, чем резко: *«Разговор окончен».*

**«Психологическая готовность ребенка к школе»**

Проблема готовности ребенка к обучению в школе всегда волновала родителей. Как показывает практика, первоклассники испытывают ряд трудностей, связанных с адаптацией к условиям систематического обучения, усвоением учебного материала, поддержанием дисциплины на уроке, способностью длительное время слушать и выполнять требования педагога и не отвлекаться, испытывают трудности в общении с одноклассниками и пр.

Когда говорят ***о готовности к школьному обучению***, имеют ввиду такой уровень физического, психического, личностного и социального развития ребенка, который необходим для успешного усвоения школьной программы без ущерба для его здоровья.

Родителям необходимо знать, что школьная готовность включает в себя:

* *Физиологическую готовность школе.* Онаопределяется уровнем развития основных функциональных систем организма ребенка и состоянием его здоровья. Оценку физиологической готовности проводят медики по определенным критериям.
* *Педагогическую готовность,* которая определяется уровнем владения специальными знаниями, умениями и навыками, необходимыми для обучения в школе: навыки прямого и обратного счета, выполнение элементарных математических операций, узнавание печатных букв или чтение, копирование букв, пересказ содержания текстов, чтение стихов и пр.
* *Психологическую готовность, которая в свою очередь складывается из нескольких компонентов:*
* *интеллектуальной,*
* *социально-личностной,*
* *эмоционально – волевой,*
* *мотивационной готовности.*

*Социально-личностная (коммуникативная)*готовность ребенка к школе заключается в формировании у него готовности к принятию новой социальной позиции - положения школьника. Социально-личностная готовность выражается в определенном отношении ребенка к школе, к учителю и учебной деятельности, к сверстникам, родным, к самому себе.

*Эмоционально-волевая готовность ребенка к школе* подразумевает достаточно высокий уровень развития эмоциональной сферы и произвольного поведения, ребенок умеет контролировать свои эмоции и поведение.

В содержание *интеллектуальной готовности*  – речь идёт об интеллектуальном развитии ребёнка, сформированности основных психических функций: ориентировку в окружающем мире; запас знаний (кругозор); развитие мыслительных процессов (способность обобщать, сравнивать, классифицировать объекты, выделять их существенные признаки, делать выводы); развитие памяти (зрительной, слуховой), произвольного внимания; развитие тонких движений рук и зрительно – двигательных координаций, развитие связной речи и воображения;

Говоря о *мотивационной готовности****,*** мы имеем в видуналичие у ребенка учебной мотивации: « Зачем учиться в школе?», чем школа привлекает ребенка.

Переход из детского сада в школу — важная ступень в жизни каждого ребенка. Важно, чтобы дошкольники имели представление о школе еще до того, как переступят ее порог, знать каким образом происходит обучение и самое главное, у них должно быть желание учиться. А родители должны помочь и поддержать ребенка на новой ступени его жизни!

**Как надо готовить родителям ребенка к поступлению в детский сад.**

Родителям необходимо знать, как помочь малышу пройти период адаптации к детскому саду, который заключается в плавном переходе от семейной домашней атмосферы к условиям дошкольного учреждения.

*Детский сад – новый период в жизни ребенка.* Для малыша это, прежде всего, первый опыт коллективного общения.

Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад плачем. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие – соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать. Чем старше ребенок, тем быстрее он способен адаптироваться.

Вот некоторые рекомендации, которые помогут родителям подготовить малыша к посещению детского сада.

- Не обсуждать при малыше волнующие вас проблемы, связанные с детским садом.

- Заранее узнать все новые моменты в режиме дня в детском саду и их ввести в режим дня ребенка дома.

- Рассказать малышу о детском саде, что там делают дети, чем занимаются, во что играют и пр. Можно прийти на экскурсию или погулять рядом с детским садом.

- Настроить малыша как можно положительнее к его поступлению в детский сад.

- "Раскрыть секреты" малышу возможных навыков общения с детьми и взрослыми людьми.

- Учить ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.

- Не угрожать ребенку детским садом как наказанием за детские проступки, за непослушание.

- Готовить вашего ребенка к временной разлуке с вами и дать понять ему, что это неизбежно лишь только потому, что он уже большой.

- Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад.  
- Планировать свой отпуск так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского учреждения у вас была бы возможность оставлять его там не на целый день.

- Все время объяснять ребенку, что он для вас, как прежде, дорог и любим.

- Повысить роль закаливающих мероприятий.

- Отводить в детский сад ребенка лишь при условии, что он здоров.

**Как родителям реагировать на детские капризы?**

***Причины детских капризов:   
-*** плохое самочувствие;  
- начинающееся заболевание;  
- усталость, недосып, переутомление;   
- реакция на внутрисемейные конфликты;   
- желание получить внимание родителей;   
- реакция на запрет; желание добиться своего;   
- скука, отсутствие интересных занятий;  
- привычное нытье без причины.

Пик детских капризов приходится обычно на три- четыре года – «кризис трехлетнего возраста», но они могут быть и в раннем возрасте и продолжаться в старшем.

***Что же делать?***

- постарайтесь понять причину каприза;

- сообщите ребенку о том, что его понимают и придут на помощь: *«Я закончу свои дела …и приду к тебе в комнату»;*

- спокойно объясните причины запретов;

- попросите ребенка высказать свои потребности, желания обычным голосом - спокойно;

- учите его выражать свои чувства с помощью слов, а не нытья и капризов;

- говорите в присутствии ребенка о собственных чувствах: *«Как жаль, что я разбила свою любимую вазу. Очень огорчена»;*

- не уступайте ребенку, реагируйте на его капризы спокойно, доброжелательно, но твердо: *«Я понимаю, что ты устал и хочешь кушать, но нам нужно проехать еще две остановки»;*

- хвалите ребенка, когда он выражает свои потребности нормальным тоном;

- подготовьте  интересный досуг и занимательные игры;  
- любые изменения в поведении требуют времени, а значит, надо запастись терпением.