

Социально-психологическая служба



с 22 сентября в Пензенской области под эгидой прокуратуры и Правительства Пензенской области проводится областной антинаркотический месячник "Сурский край - без наркотиков"

Ссылка на видеоролик с единым телефоном горячей линии

<http://www.youtube.com/watch?v=FXGgtH0PFJc&feature=youtu.be>

Родионова Галина Александровна - психолог.

Прокина Татьяна Алесеевна - социальный педагог.

Памятка родителям

Ваш ребёнок индивидуален!

10 заповедей родителям.

1. Не ждите, что ваш ребенок будет таким, каким вы хотите. Помогите ему стать не вами, а собой.
2. Не требуйте от него платы за все, что вы для него делаете: вы дали ему жизнь, как он может благодарить вас? Он даст жизнь другому, тот - третьему: это - необходимый закон благодарности.
3. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и пожнешь.
4. Не относитесь к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, и будьте уверены, что ему его- тяжела не меньше, чем вам -ваша. А может и больше!
5. Не унижайте!
6. Не мучьте себя, если не можете что-то сделать для своего ребенка, мучайтесь, если можете и не делаете.
7. Помните, для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
8. Умейте любить чужого ребенка. Никогда не делайте чужому ребенку то, что вы хотели бы, чтобы другие сделали вашему.
9. Любите своего ребенка любым: неталантливым, неудачным, взрослым. Общайтесь с ним , радуйтесь, потому что ребенок- это праздник, который пока с вами.
10. Будьте оптимистом, развивайте чувство юмора.

Правила взаимопонимания.

1. *Ставьте интересы других людей выше собственных.*

2. *Будьте преданы своей семье, не предавайте ее.*
3. *Будьте верны и надежны.*
4. *Уважая других, уважайте себя.*
5. *Терпимо относитесь к другим точкам зрения.*
6. *Воспринимайте людей как равных себе.*
7. *Учитесь сопереживать другим, ставя себя на их место.*
8. *Умейте прощать и не будьте обидчивы.*
9. *Живите в согласии с самим собой и другими людьми.*
10. *Проявляйте чуткость.*
11. *Будьте уверены в себе.*
12. *Будьте свободны от лжи и обмана.*
13. *Умейте контролировать свои желания и поступки.*
14. *Упорно идите к цели, невзирая на препятствия.*
15. *Стремитесь делать все как можно лучше.*

Памятка для родителей

Хотите, чтобы Ваш ребенок ходил в школу с удовольствием? 1. Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии детей. 2. Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения. 3. Вспомните сколько раз вы сидели с ребенком и наблюдали за его работой над уроками. Были ли случаи, когда вы заметили у ребенка неправильные приемы работы и показали ему правильные? 4. В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить ее, не обсуждая все подробности с ребенком. 5. Следите, чтобы ваш ребенок вовремя ложился спать. Не выспавшийся ребенок на уроке - грустное зрелище. 6. Пусть ребенок видит, что вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы. 7. Читайте сами, пусть ребенок видит, что свободное время вы проводите за книгами, а не только у телевизора. 8. Учите ребенка выражать мысли письменно: обменивайтесь с ним записками, пишите вместе письма. Если ребенок рассказывает вам о событии, которое произвело на него впечатление, то предложите ему записать этот рассказ, а вечером прочитать всем членам семьи. 9. Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребенку приятно, если его школа станет частью вашей жизни. 10. В школе ваш ребенок может столкнуться с очень критическим отношением к себе. Помогите ему не утратить веры в себя.

Правила общения с ребенком

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом. Можно осуждать действия ребенка, но его чувства, какими бы нежелательными или «непозволительными» они не были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания. Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перестает восприниматься. Старайтесь не присваивать себе проблемы ребенка. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, и становиться «сознательным». Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. Но при этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому. Если ребенок вызывает своим поведением у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы сообщите ему: «С тобой все в порядке! Ты справишься!» Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка. Постепенно, но неуклонно снимайте ответственность за личные дела вашего ребенка. Пусть он чувствует себя ответственным за их выполнение. О своих чувствах говорите ребенку от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о его поведении

Правила общения с ребенком

Американский педагог Эда Ле Шан выделила главные моменты, которые подготовят ребенка к взрослой жизни.

- Любить себя — это значит ценить свою жизнь, управлять своими чувствами и эмоциями. Делать так, чтобы не получать излишних замечаний. Чувствовать себя хорошим, неуязвимым человеком. Осознавать собственную уникальность. - Уметь чувствовать настроение других людей и строить свое поведение в соответствии с этим. Уметь найти выход из создавшейся ситуации. - Уметь рассказывать о своих чувствах и переживаниях, чтобы взрослый мог помочь ему при необходимости принять правильное решение. - Интересоваться и задавать вопросы. - Доверять взрослым. Однако он должен понимать, что часть людей наделена отрицательными чертами. - Думать самому. Надо поощрять его высказывать собственные суждения. И еще... Психологи утверждают, что источники способностей и дарований детей — на кончиках пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Не может быть трудолюбивым человек мало думающий, мало переживающий. Каждый ребенок отчасти гений, а каждый гений отчасти ребенок. Артур Шопенгауэр. А главное — любите ребенка просто так, ни за что, а потому, что он есть. Говорят, что порой дети больше всего нуждаются в любви именно тогда, когда меньше всего ее заслуживают. Родительская любовь дает детям чувство защищенности и опоры, делает их сильнее и увереннее. Самым большим наказанием, как принято считать в психологии воспитания, должно быть огорчение родителей. Между тем социологические исследования показали, что 31 процент родителей убеждены, что порка — лучшее средство поддержания дисциплины и нравственности; 59 процентов используют моральные формы воздействия. Чуть ли не половина детей (47 процентов) уже сегодня уверены, что они будут бить своих детей; 22 процента заявляют, что не будут бить и лишь 18 считают, что вообще не будут наказывать своих детей. Не скрываются ли корни жестокости за тем фактом, что многие дети уже сейчас настроены на воспитание ремнем? **НЕСКОЛЬКО ЗАПОВЕДЕЙ** Учителя и родители, не ругайте ребенка утром — солнце покажется ему серым. Не ругайте днем — небо покажется хмурым. Не ругайте вечером — луна покажется черной. Вообще по возможности не ругайте. • Подходите к детям с оптимистической гипотезой. Ищите в ребенке хорошее, его всегда больше, и чаще опирайтесь на положительные эмоции. • Каждый воспитательный момент должен вселять в ребенка надежду на лучшее будущее. В любой ситуации следует оставлять ребенку шанс. А еще: - относитесь к ребенку, как к личности; - не унижайте его; - не морализируйте; - не вымогайте обещаний; - не потакайте; - умейте слушать и слышать; - будьте строгими с ним; - будьте к ним справедливы. "Научите детей искать позитивное в каждом моменте. Отрицающий беден, утверждающий богат. Невежество — мать отрицания." Шалва Амонашвили