

## Советы родителям от психолога:

- **Ни при каких обстоятельствах не говорите ребенку «Я тебя не люблю!».** Эта фраза не должна звучать в вашем доме, чтобы ребенок не натворил.

- **Чаще обращайтесь к ребенку по имени.** У ребенка может быть семейное имя – имя, которое звучит в кругу семьи – это может быть производное от его имени Ната, Тата, Ньюша или Зайчик, Солнце и т.д.

- **Помните о том, что дети являются нашим отражением.** Они берут пример с нас и поступают чаще всего так, как мы поступаем в нашей жизни.

- **Если вы решили провести с ребенком воспитательную беседу...** Речь в этом случае может быть строгой, но ни в коем случае резкой или грубой. В беседах избегайте многословия, чтобы не потерять главный смысл. Только спокойный и доверительный тон может донести до ребёнка мысли и требования родителей.

- **Никогда не пытайтесь заниматься воспитанием ребенка, если у Вас плохое настроение.** Для этого важно сначала нормализовать свое эмоциональное состояние (спокойная музыка, недолгая прогулка, 15 минут отдыха в тишине (после работы необходимы каждому!) – у каждого свои механизмы восстановления).

- **Главное – оцените поступок, а не личность.** К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная ошибка. «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «ты поступил плохо» (оценка поступка). Необходимо конкретно объяснить, в чем состоит ошибка, почему ребенок поступил неправильно. Если критикуются поступок, конкретная ошибка, а не личность, то у ребенка отпадает необходимость защищаться, а с ней и ненужные страхи, боязнь наказания, вынужденная ложь и т.д.

## Причины обращения к психологу:

- Нарушения эмоционального состояния ребенка: частые изменения настроения, высокая тревожность, страхи, нарушения сна.

- нарушения поведения – агрессивность, непослушание, истерики

- проблемы обучения: плохая успеваемость, невнимательность, нежелание делать уроки, прогулы, нежелание идти в школу, конфликты с учителями, конфликты с одноклассниками

- трудности в общении со сверстниками

### **Психологическое сопровождение ребенка включает в себя:**

- психологическую диагностику (тестирования согласно Федеральным Государственным Образовательным Стандартам, анкетирования для проверки адаптации учащихся)

- участие ребенка в развивающих занятиях (при необходимости);

- консультирование учащихся и родителей (по желанию).