

Советы психолога

Ваш ребенок посещает детский сад

1. Отдавая ребёнка в систему общественного воспитания, вы должны помнить: впереди – не только радость общения со сверстниками, но и тайные страдания. Лишая ребёнка материнской заботы и ласки, вы «овзросляете» его жизнь, подвергаете его суровым, возможно, неоправданным и преждевременным испытаниям. Поэтому думайте постоянно над тем, как помочь детскому саду, его персоналу обеспечить, насколько это возможно, защищённость своего ребёнка и других детей.
 2. Даже самый талантливый воспитатель никогда не сможет демократическими, т. е. авторитетными, ненасильственными средствами справиться с детьми, если их у него одновременно двадцать или даже тридцать-тридцать пять человек. Дошкольник – не просто непоседа, это реактивный двигатель, который, как правило, и двух секунд не пребывает в покое. Его не просто тянет совершать те или иные поступки, чаще всего агрессивные или полугрессивные, его подмывает реализовать своё самолюбие, его вихрем уносит в сферы, где всё непредсказуемо, где действие одного (уколот, ударил, толкнул, ущипнул, плюнул и пр.) порождает целую цепочку различных негативных проявлений. А ведь негативизм отдельных ребят сводит на нет все благие намерения, как воспитателей так и детей. Поэтому постарайтесь вникнуть в духовное состояние воспитателей, помогите им, в чём сможете: в организации быта, прогулок, экскурсий, проведении различных занятий.
 3. Детские законы в детском саду жестоки, сильные властвуют и повелевают, слабому очень трудно. В таком окружении нравственные проблемы вспыхивают, как пожар; бранные слова, неизвестно откуда подхваченные (дома или на улице!) становятся достоянием всех, формы общения, вынесенные из некоторых телепередач или даже порнофильмов, или просто из жизни, привносятся в детскую среду, становятся нормой. Поэтому вникайте в нравственный мир ваших детей. Беседуйте с ними о том, что дурно и что хорошо. Помогайте им совершать добрые поступки. Не становитесь в позицию: «Это из детского сада, там не смотрят за детьми и т. п.», а считайте, что это всё наше, в котором мы все виноваты, от которого можно избавляться только сообща.
 4. Особо об отцах. Детскими садами, т. е. воспитанием в детских садах, преимущественно занимаются мамы. Процент отцов, интересующихся жизнью своих детей в детском садике ничтожно мал. Каждый отец должен, по крайней мере, раз в неделю побывать с детьми, помочь хоть в чём-то воспитателям.
 5. Большую помощь в воспитании своих внуков и внучек могут оказать детским садикам бабушки и дедушки.
 6. Организовывайте при детских садах кружки, группы нетрадиционного воспитания, этим самым вы не только поможете воспитателям, но и обеспечите, насколько это возможно, разностороннее обучение детей.
-

Памятка для родителей

Из книги М. А. Куртышевой «Как сохранить психологическое здоровье детей».

1. Противопоставьте образам смерти и разрушения, которые несут экран и современная музыка, образы жизни и радости, т. е. свои любовь, теплоту и внимание к собственному ребёнку. Делайте это постоянно, ведь информационно-поражающий поток бомбардирует сознание наших детей ежедневно и ежечасно.
2. Не оставляйте вашего ребёнка один на один с телевизором или компьютером даже на пять минут. Информация кратковременного, но разрушающего характера продолжает снижать психосоматическую устойчивость детского организма в течение многих часов.
3. Помните, что до 7 лет у детского сознания нет защитного барьера от виртуальной агрессии, которая разрушает тело и душу вашего ребёнка. Только после 12 лет дети могут хотя бы отчасти научиться разделять реальности – виртуальную и действительную.
4. Знайте, что виртуальные образы привлекают внимание вашего ребёнка и создают психологическую зависимость, прежде всего, потому, что они искусственно стимулируют перевозбуждение нервной системы и дисгармонию мозговых ритмов, их сбой, происходящие благодаря скорости, яркости, эффекту «мелькания», увлекающему сюжету и необычным переживаниям.
5. Анализируйте сюжеты компьютерных игр, в которые постоянно играет ваш ребёнок. Чаще всего это будут сцены насилия, подавления, жестокости, убийства противника. Случается, что ребёнок совершает акт *виртуального* убийства до нескольких сотен (!) раз за одну игру.
6. Обратите внимание на то, что в виртуальной действительности отсутствует масштаб *человеческих* чувств: убивая, подавляя, ребёнок не переживает обычных эмоций (боли, сочувствия, сопереживания). Наоборот, привычная человеческая шкала перевернута: ребёнок получает *удовольствие* от удара, оскорбления, убийства, собственной злости и безнаказанности.
7. Сравните общение вашего ребёнка с обеими реальностями; в обычной жизни ребёнок реагирует на мир целостно, в соответствии со своей природой: активно играет, двигается, поёт, переживает все оттенки чувств, познаёт себя через окружающий живой мир и людей. В виртуальной реальности – ребёнок скован, монотонен, однообразен, лишён живой энергии движения, сопереживания и созидания.
8. Учитывайте факторы вредного физиологического воздействия электромагнитного излучения при работе ребёнка с компьютером:
 - повышенная утомляемость, раздражительность, истощаемость нервной системы;
 - расстройства сна, нарушения памяти и мышления;
 - рост аллергических реакций организма;
 - изменения в косно-мышечной системе и локомоции;
 - специфические боли в запястьях и пальцах при работе с клавиатурой.
 - Помните, что рекомендованное специалистами максимальное время работы с компьютером строго ограничено: для детей после 6 лет – 10 минут; младших школьников – 15 минут; учащихся 5-6-х классов – 20 минут; 8-9-х классов – 25 минут; для старшеклассников – не более 30 минут в день.
 - Прислушайтесь к информации из медицинских источников: массовая работа детей с компьютерами и видеоприставками уже привела к тому, что количество близоруких детей от первого к десятому классу увеличивается более чем в 10 (!)

раз, а к концу обучения в 11-м классе близорукостью страдает уже каждый четвёртый.

- Присмотритесь к линии поведения, насаждаемой многочисленными мультсериалами, фильмами для самых маленьких, компьютерными играми для более старших. Из виртуального мира в детское сознание врываются ложные и опасные ценности: силы, агрессии, «взрослого» и асоциального поведения, хаотической энергии нетворческого, деструктивного характера. Всё это приводит в итоге к увеличению и без того высокой гипервозбудимости наших детей.
- Не лишайте вашего ребёнка живого, полноценного и радостного детства! Компьютерная грамотность как технология настоящего и будущего должна остаться всего лишь *технологией*, а не средством разрушения неокрепшего и не успевшего правильно развиться детского сознания. Виртуальные миры не причинят вред вашему ребёнку только в том случае, если он уже умеет жить в мире ярких человеческих эмоций, уже развил свои реальные способности и таланты, уже познал великую силу равнодушия, радости и боли.

Педагог-психолог
МБДОУ ЦРР – д/с №75:
Коптева Е.А.