

**Родительское просвещение о проблемах в  
воспитании детей 21 века и их профилактике.  
(Рекомендации для родителей).**

*(практический опыт психолога).*

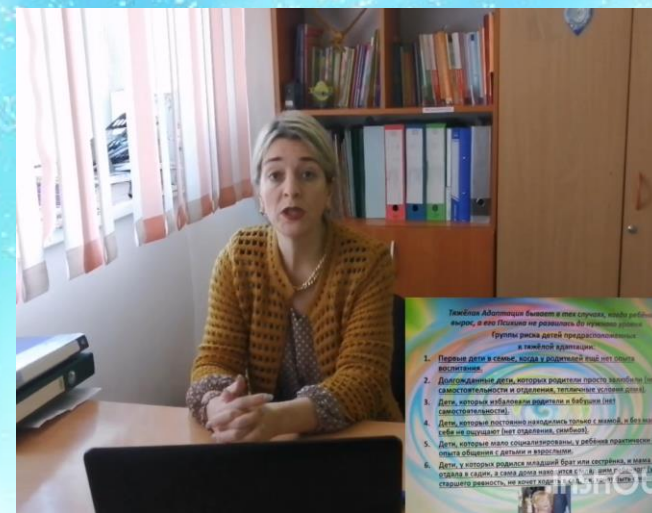
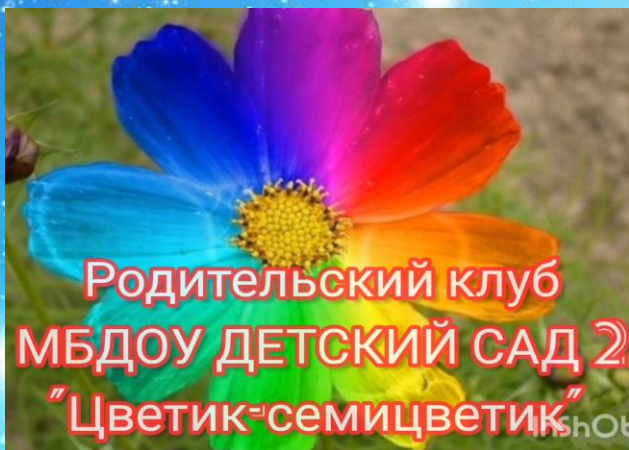


**Ребёнок делает только то, что есть в его опыте  
и то, что ему интересно.**

МДОУ «Детский сад N 2»  
г. Усолье-Сибирское  
Педагог-психолог Бучис Р.И.



# Родительский клуб «Цветик-Семицветик»





# Дети – зеркало своих родителей.

- Детей воспитывает среда и личный пример родителей.
- Изменение среды и близких объектов меняет даже физическое тело человека.
- Если что-то не нравится в ребёнке – понаблюдайте за тем, кто из ближнего окружения именно так делает.
- У ребёнка нет самостоятельности – значит у него нет этого в опыте.





# **Важность патриотического воспитания детей**

**Актуальность проблемы заключается в том, что современные дети мало знают о родном городе, стране, особенностях народных традиций, часто равнодушны к близким людям, редко сострадают чужому горю. Явно недостаточной является работа с родителями по проблеме нравственно-патриотического воспитания в семье.**

**Задача педагогов и родителей как можно раньше пробудить в детях любовь к родной земле, воспитывать любовь и уважение к родному дому, формировать у них такие черты характера, которые помогут стать достойным человеком и достойным гражданином своей страны.**





**Проблемы воспитания детей в эпоху социальных сетей и общедоступности интернета требуют особого внимания со стороны родителей.**

**Мир стремительно меняется, и юное поколение осваивает технологии ещё в детстве.**

**Дофаминовая ловушка и клиповое мышление.**

**Развлечения, доступные многим детям практически в любое время суток — социальные сети, сериалы и видеоигры, — приносят мгновенное удовольствие, стимулируя выработку дофамина — гормона, который отвечает за мотивацию.**

**Клиповое мышление — это восприятие мира через короткие яркие образы.**

**Большинство роликов на YouTube длятся не более 15 минут, что отучает от вдумчивого восприятия сложной и структурированной информации.**





Человек склонен с большей охотой заниматься теми делами, которые ассоциируются у него с приятными эмоциями. Так наш мозг привыкает к положительным эмоциям от какого-то действия и мотивирует нас делать его чаще, а мотивация к выполнению сложных действий снижается.





# Компьютерная зависимость и агрессивность

- Зависимость от компьютерных игр – это зависимость от получение быстрого удовольствия, т.к. на фоне красочного виртуального мира – реальность становится для ребёнка скучной.
- Вред от компьютеров в том, что дети становятся агрессивными, когда у них родители забирают гаджеты (удовольствие), а также много нервничают в труднопроходимых уровнях игр.







# Ухудшение зрения



**Стремительное падение остроты зрения у людей 21 века, обусловлено тем, что люди слишком приближают к глазам свои мобильные девайсы.**

**Смартфоны наносят зрению более существенный вред, чем компьютеры, ввиду небольшой диагонали экрана.**

**Зачастую, чтобы разглядеть текст на дисплее смартфона, приходится подносить устройство как можно ближе к глазам, что, в свою очередь, негативно отражается на зрении и способствует разрушению макулы – участка глаза, позволяющего человеку различать мелкие детали.**

**Наибольшую опасность телефоны представляют именно для детей, поскольку они могут потерять счёт времени, сидя в телефоне.**

***Так что же делать в этой ситуации, если так удобен и необходим, что расстаться с мобильным телефоном уже не заставишь никого?***



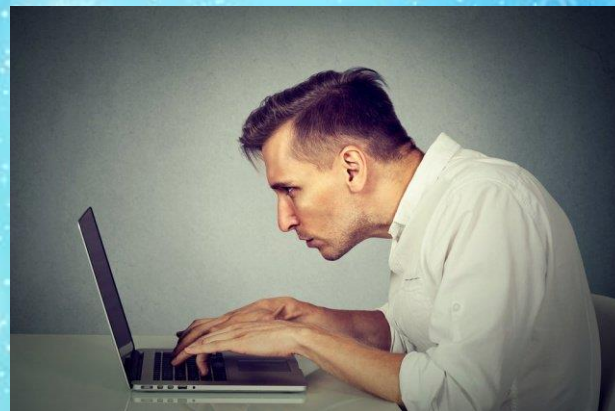
# **«Экранная шея»: синдром screen neck.**

## **Защемление сосудов в шейном отделе.**

***Как использование смартфона или другого мобильного устройства может причинить шее вред?***

**Когда мы опускаем голову, чтобы взглянуть на экран, происходят три вещи: шея движется вперед, плечи направляются вперед и/или приподнимаются вверх и как итог – спазм (сокращение) мышц шеи и плечевого пояса. Взгляд вниз и наклон головы вперед изменяют естественную кривизну шеи. Со временем возникают боль и дискомфорт, нарушения кровообращения.**

**Симптомы «компьютерной шеи» можно легко принять за проявления остеохондроза, сосудистой дистонии или невралгии. Заболевание проявляется: болью в затылочной части головы, шеи и верхнего плечевого пояса; мышечными спазмами, локальным нарушением кровотока, гипоксией; головокружением при наклонах и поворотах головы.**





- **Польза от компьютеров со слов родителей** – хоть какое-то время можно отдохнуть от криков в тех семьях, где много детей, а также родителям спокойнее, оставлять детей одних дома\*.
- Все говорят, что необходимо меньше сидеть за компьютером, что нужно занимать детей... А если один родитель в семье? Или оба заняты работой? И нет помощников? Ни бабушек, ни дедушек, и даже на секции не кому водить...

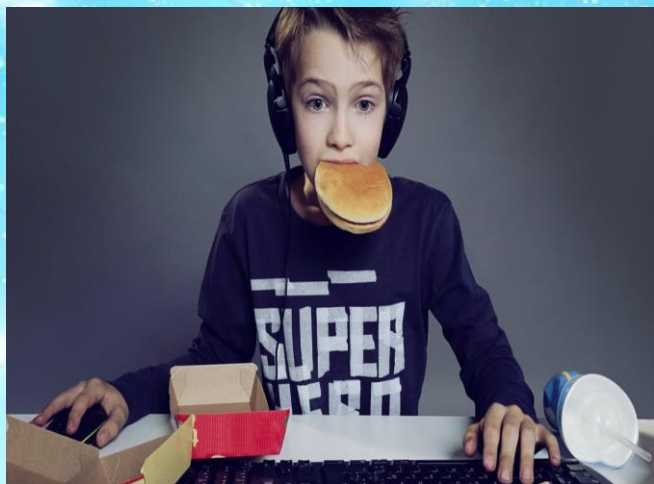
**То, что делать тогда?**





# Что категорически нельзя делать компьютерным детям (рекомендации для родителей):

1. Нельзя нарушать режим сна (минимум 9 часов).
2. Нельзя смотреть на ночь страшные ролики.
3. Категорически нельзя кушать во время просмотра страшных и негативных роликов (тревожность).





# Интернет дорожке детей



Интернет дорожке сына

21 млн просмотров • 9 лет назад

Я и Я

Социальный ролик. Проблема современности

7:20



интернет дорожке ребёнка

1,5 млн просмотров • 7 лет назад

Мария Митюкова-Процко

2:13



интернет важнее ребенка

98 тыс. просмотров • 7 лет назад

Замзагуль Батыргалиева

интернет важнее ребенка.

2:16

***Неужели есть что-то дорожке собственного ребенка?***

Часто бывает, когда мама или папа уходят сами в экранную зависимость, забыв о ребенке, или даже не желая на него отвлекаться.

А малыш, наверное, должен общаться сам с собой, учить сам себя.

А потом родители удивляются, почему уже повзрослевший ребенок не приезжает, не звонит.

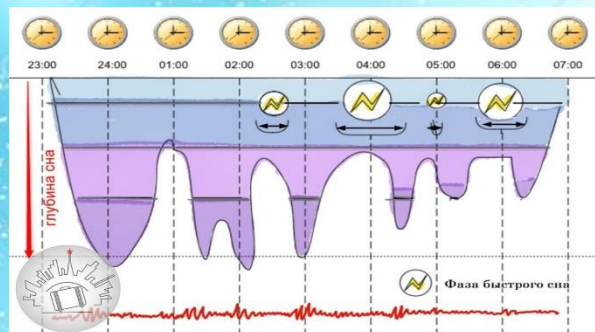


# Ценность сна

- Сон намного важнее даже, чем пища, т.к. без пищи человек может прожить около 2-х месяцев, а без сна – не более 10 дней.
- Невыспанный человек – это агрессивный, злой, раздражённый, тревожный, недовольный, апатичный человек, т.к. нарушается психическое здоровье, эмоциональное состояние.
- Хроническое невысыпание приводит к нарушению в психике, физическим заболеваниям, нарушению контакта с людьми, распаду семей, т.к. у людей просто не хватает ресурсов всё это восстановить.
- Во время сна наш мозг продолжает работать, но только теперь он начинает считывать сигналы не с внешнего мира, а с внутреннего – происходит исцеление всего организма – восстановление повреждённых органов, тканей и пр.







- Сон - особое состояние сознания человека, включающее в себя ряд стадий, закономерно повторяющихся в течение ночи. Появление этих стадий обусловлено активностью различных структур мозга.
- Сон состоит из 5-6 циклов примерно по 1,5 часа каждая.
- Каждая такая фаза в свою очередь состоит из 2-ух фаз: фазы медленного сна и фазы быстрого сна.
- Во время фазы медленного сна (ФМС)– происходит восстановление всех тканей и органов в теле человека, а также происходит переработка информации и отправка её в долгосрочную память.
- Во время фазы быстрого сна (ФБС), т.е. фазы сновидений – происходит нейтрализация накопленных за день аффектов (эмоций) – восстановление нервной системы, т.е. восстанавливается психическое здоровье человека.

Причём ФБС – к утру увеличивается в сравнении с ФМС, поэтому те люди, которые прерывают утренний сон – они нарушают восстановление нервной системы, и человек остаётся раздражённым и агрессивным.



## ЛЕНЬ

По определению В.И. Даля, **лень** - это «отвращение от труда, от дела, занятий; склонность к праздности и тунеядству».

**Ребёнок ленится что-то делать из-за того, что это не входит в его систему ценностей**

**Советы по преодолению лени:**

- *не доделывайте за малыша неоконченные дела;*
- *используйте соревновательные моменты;*
- *не используйте труд, как наказание;*
- *не говорите постоянно ребенку, что он ленивый;*
- *находите дела, которые будут интересны именно вашему ребенку.*
- *если ребёнок не может сам сделать, то договаривайтесь так – половину он начинает делать сам, а вторую половину вы ему помогаете.*



**Нужно учить детей преодолевать свою лень  
и идти на страх.**





# Избалованные дети



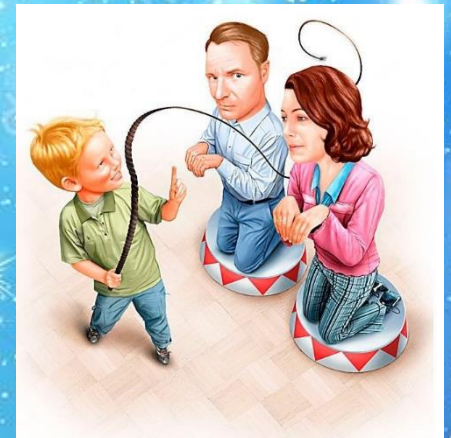
Избалованным ребёнок становится, когда родители потворствуют всем его желаниям и прихотям, таким образом ребёнок захватывает в семье привилегированное положение.

Своей гиперопекой родители не дают ребенку что-то сделать самостоятельно, пока он маленький, так как боятся, что малыш устанет, у него не получится, а когда он подрастает, то уже сам этого не хочет.

**Залюбленность, заласканность, чрезмерная опека приводит к паразитизму .**

**Ребёнок не научился отдавать энергию для того, чтобы что-то получить, более того, он начинает считать, что близкие должны быть рады тому, что он у них что-то берёт.**

Ему все дозволяется, каждое его желание немедленно исполняется. И растёт в семье эгоист, тиран, баловень. *Когда это заметят, становится очевидным, что необходимо принимать самые строгие меры\*.*





- Определенную трудность составляет воспитание ребенка в условиях полного достатка, а порой избытка.
- Материальные блага часто обращаются во вред детям, если родители не воспитывают у них здоровые духовные потребности.





# Последствия избалованности, залюбленности, чрезмерного достатка у детей.

- Ребёнок начинает смотреть на мир через негатив, он видит только плохое, ему ничего не нравится, он ничего не ценит, нет чувства благодарности, он не научился отдавать энергию, а в отношениях должен быть всегда баланс, и когда родители это понимают, они перестают обслуживать потребности ребёнка и тогда ребёнок начинает вести себя плохо, чтобы хоть какие-то эмоции от родителей получать».\*
- Дети же, которым пришлось тяжело выживать, они напротив - учатся видеть в мире хорошее, благодарны всему, всегда ценят то, что для них делают.





# **Важно воспитывать в ребёнке заботу, эмпатию, нравственность и чувство благодарности** (зеркальные нейроны).

- Если у вас есть домашние животные, то когда ребёнок с ним общается, нужно его спрашивать: «Как ты думаешь, что он чувствует, когда ты это делаешь?» (эмпатия).
- Можно кормить вместе с ребёнком голубей (забота).
- Чаще показывать ребёнку мультфильмы и фильмы о взаимопомощи.
- Рассказать ребёнку о законе Вселенной, что всё возвращается, делаешь хорошее – вернётся хорошее, делаешь плохое – плохое (нравственность).
- Для того, чтобы ребёнок стал благодарным – самим постоянно благодарить ребёнка, если он сделал что-то для вас хорошее.





# Сексуальное воспитание

- В век информационных технологий все запретные видео на сексуальные темы стали доступны даже детям.
- Сексуализированное поведение ребенка – это несвойственный возрасту интерес к собственным гениталиям, вовлечение в действия сексуального характера сверстников или старших детей.
- **Предотвратить насилие можно, если подготовить ребенка к возможным проблемам и опасности, привить ему правильные навыки поведения, научить методам защиты.**
- Уже с 3-х лет ребёнку надо рассказать о различиях между мальчиками и девочками, о половых органах и их функциях.
- К начальной школе ребенок должен знать, что половые органы - это интимные части тела. Интимный - глубоко личный, сокровенный, скрывается от других.
- Интимные части тела не должны видеть другие люди. Исключение в определенных случаях составляют родители (мама для дочери, папа для сына) и врач - но при условии, что присутствуют родители. **Важно подчеркнуть, что исключения связаны со здоровьем и гигиеной (это безопасно), но ни в коем случае с «игрой», «секретами» (это опасно).**



- **Интимные части тела неприкосновенны. Их нельзя давать смотреть, трогать, фотографировать другим людям.** Ребенок должен знать - он имеет право без колебаний сказать «НЕТ! телесным прикосновениям даже близких людей, если ему это неприятно, а также в случаях, когда кто-то:
- предлагает ему раздеться, например чтобы сфотографировать раздетым;
- хочет засунуть руку ему в трусики;
- предлагает коснуться его полового органа;
- хочет нанести ему вред.
- ***Нельзя наказывать ребенка за рассказанный им секрет, каким бы «ужасным» он ни был.*** Наоборот, надо похвалить его за то, что он нашел в себе смелость признаться в совершенном им проступке. Это не означает, что надо хвалить сам проступок, но даст возможность открыто обсудить последствия и найти решение. Главное - ребенок будет твердо уверен, что он может с родителями обсудить даже самые «ужасные вещи», и это не стыдно и не страшно. Он будет знать, что в любой ситуации может обратиться за помощью к близким людям и, что бы ни случилось, они примут и поддержат его. Доверие к родителям перевесит угрозы, страх, стыд и чувство вины, из-за которых дети часто вынуждены хранить опасные «взрослые секреты».

### **ОШИБКИ РОДИТЕЛЕЙ:**

- Стесняются с ребёнком говорить на данные темы, думают, что ещё рано или «вырастет – сам всё узнает»...
- Сами спят с большим уже ребёнком в одной кровати\*.





# Не садиковский ребёнок



1. Нет отделения от мамы.
2. Нет социализации.
3. Нет опыта разрешения детских конфликтов.
4. Нет самостоятельности.
5. Ревность к младшим.

## 6. Тепличные условия дома (не было фрустраций).

- Любой малейший конфликт - Психика Ребёнка не готова - Психические Защиты от Конфликтов реальности не сформированы, ребёнок не умеет адаптироваться – не готов к социальному выживанию - любое Напряжение ощущается Телом - Ребёнок заболевает. Родителям нужно начать растить «Психологически!» своего ребёнка.
  - Необходимо начать отделять от себя:
    - - давать больше самостоятельности;
      - социализировать;
    - - отложить от себя ребёнка, чтобы он спал отдельно.
      - - перестать говорить «мы».
- Т.е. нужно начать готовить его психику к жизненным конфликтам и социализации - к психологическому выживанию (постепенно), чтобы вырабатывались защиты для психологической адаптации.
  - Но! Это нужно делать постепенно.
- *Зигмунд Фрейд говорил о том, что: «Для того, чтобы Психика ребёнка развивалась нужен постоянный раздражитель!»*
- Теперь мы все понимаем, что в большинстве случаев в тяжёлой адаптации ребёнка к детскому саду зачастую виноваты не воспитатели, не вирусы и т.д., а отсутствие у ребёнка опыта адаптации и социализации до похода в детский сад.



**Если родитель не прислушивается к рекомендациям, и продолжает водить в садик психологически не готового ребёнка, то последствия могут быть печальные: частые болезни, психич.отклонения, повторение травмы в течении жизни, депрессивное состояние – не будет веры в спасение.**

- Дорогие родители! Если вы видите, что ваш ребёнок избалованный, не приучен к самостоятельности, мало общался с другими детьми и взрослыми, вы всегда были с ним только вдвоём, и он без вас просто не может - это говорит о том, что он от вас очень зависим, и без вас себя не ощущает, поэтому не торопитесь отдавать ребёнка сразу на целый день в садик - ему нужна более длительная адаптация, постепенное привыкание и отделение от вас.
- Также дома начинайте постепенно восстанавливать всё, что вы упустили!
- Не переживайте - всё можно поправить! Главное теперь - терпение!
- Вам нужно начать отделять от себя своего ребёнка и начинать растить его «психологически», а это значит, давать больше самостоятельности, социализировать, учить его дома правильно конфликтовать, т.е. нужно начать готовить его психику к жизненным конфликтам и социализации - к психологическому выживанию и адаптации, но всё делать нужно теперь постепенно.







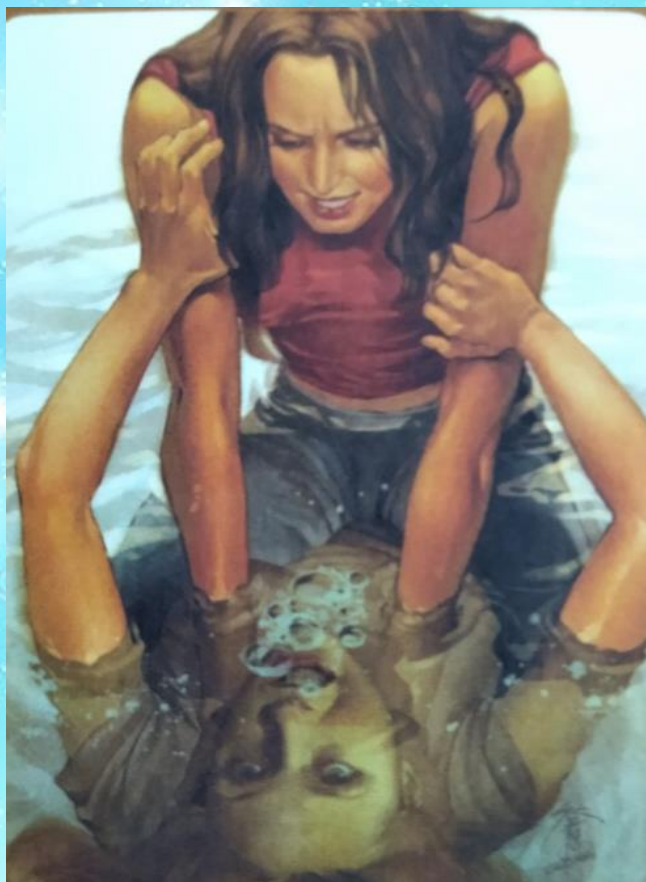
## Ревность к младшим братьям и сёстрам



- Проблема ревности старших к младшим обострилась в наше время, т.к. сначала старшего ребёнка залюбивают, а при рождении младшего, сбрасывают с пьедестала, и чем сильнее его любили до этого, тем больнее ему падать.
- Многие родители, имеющие двух детей разного возраста, рано или поздно сталкивались с проявлением сильной детской ревности. И почти все мамы и папы совсем не знают, как быть в такой ситуации.
- Родился младший ребёнок – теперь старшему минимум в 2 раза нужно давать больше любви.
- При старшем не обнимать, не сюсюкать младшего, а делать старшего помощником в уходе за младшим.
- Последствия ревности - это вражда между старшим и младшим.
- Для снижения ревности необходимо садить детей в одну лодку, чтобы они между собой объединялись.



**Чаще всего дети, у которых появляется младший братик или сестрёнка выбирают данные метафорические карты.**





# **Возможные последствия воспитания ребёнка одним родителем**

- Если ребёнок остаётся дома часто один – он привыкает к одиночеству, в будущем и семье ему будет не нужна.
- Ребёнок занимает место отца, становится «психологическим мужем» матери, в подростковом возрасте трудно будет с ним справиться, т. к. нарушается иерархия – он считает, что он главный.



## **Возможные последствия этого:**

- ребёнок не даёт маме строить личную жизнь;
- когда вырастает не собирается съезжать от мамы, таким образом и свою личную жизнь построить не может;
- ищет партнёра намного старше себя.





# Важность контакта ребёнка с родителями

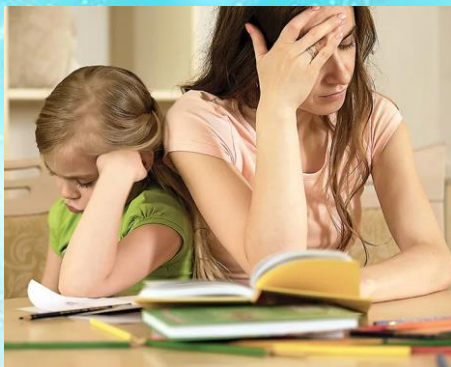
- Все сценарии, проекции, наполненность контакта чувствами и эмоциями, реакции на раздражители закладываются в детстве между ребёнком и родителями.
- В будущем все эти программы автоматически будут включаться и работать между человеком и уже другими значимыми объектами, которые будут встречаться на его пути.





# Проблемы в обучении у современных детей

- 1. В результате быстрого получения удовольствия от компьютера у детей снижается внутренняя мотивация к выполнению домашних заданий. Ребёнку становится объективно сложно заставить себя сесть за уроки. Дети становятся ленивыми, у них отсутствует сила воли, дисциплина, ответственность и самостоятельность.
- 2. Ребёнок не может делать уроки сам без родителя (надзирателя).
- 3. Нет усидчивости. Невозможно детей заставить сесть выполнять домашнее задание, после компьютера оно ему вообще не предоставляет интереса и мотивации.





# Последствия хронических скандалов из-за выполнения домашнего задания

- 4. Родители приходят с работы уставшими, а ребёнок не сделал домашнее задание, и родители криками и давлением заставляют ребёнка это делать – все нервничают, делают уроки до ночи, и в результате: хроническое невысыпание, стрессы, нервное истощение у всех членов семьи и психосоматика. И этот замкнутый круг становится хроническим. Несчастливы все...

В контакте между родителями и детьми копятся:

агрессия, ненависть, обиды...

И ребёнок начинает думать, а иногда и говорить:

«Я вырасту и никогда к вам не приду!»

Возможные последствия всего этого в будущем:

- 1. Дети вырастут – не придут к родителям (старость в одиночестве).
- 2. Отношения со людьми по жизни дети будут строить таким же конфликтным образом.
- 3. Такой же деструктивный контакт понесут в свои семьи.

(Пример частных школ..., школьные площадки).





# Конфликты между родителями

- Негативные эмоции родителей в результате частых скандалов напрямую влияют на эмоциональное состояние детей.
- Тревогу родителей также перенимают дети в результате чего могут становиться гиперактивными.
- Переживания матери во время беременности напрямую влияют на психическое и физическое состояние ребёнка.
- Непоследовательность между родителями приводит к истерии детей.

Последствия печальные, т.к в будущем дети данный сценарий деструктивных отношений перенесут также и в свои семьи.





- **Дети нас не слышат. Дети на нас смотрят. Ведь именно родители, их поведение, отношение друг к другу, интонации в речи являются как основным примером для подражания на протяжении всей жизни, так и основным фактором в формировании детско-родительской привязанности...**
- **Именно родители должны быть теми людьми, на которых ребенок будет равняться, которых он будет уважать, восхищаться.**
- **Василий Александрович Сухомлинский говорил:**  
**«Не воспитывайте детей, они всё равно будут похожи на Вас. Воспитывайте себя!».**
  - **Задумаемся над словами Л.Н. Толстого:**  
**«Главная ошибка родителей в том, что они пытаются воспитывать детей, не воспитывая себя!».**



**Отношения с отцом – это весь внешний мир: социум, школа, карьера, большие деньги, отношения со всем мужским полом.**

**Отношения с мамой – это весь внутренний мир – отношения со всем женским полом.**

**Отношения мамы с сыном – это отношения с будущей женой.**

**Отношения отца с дочерью – это отношения с её будущим мужем.**





# Нарциссическое расширение\*

- Родители насильно заставляют своих детей заниматься тем, о чём сами мечтали, но не сделали это.
- Дети со временем всё же бросают секции и кружки, навязанные родителями и уже сами ничего не хотят. (как пенсионеры).
- Дети не работают по той специальности, по которой их направили родители, даже если доучились.

Предназначение – это когда ребёнок хочет заниматься чем-то, не для того, чтобы удовлетворить чьё-то чужое желание или быть похожим на кого-то, а когда это в первую очередь интересно ему самому, это у него получается и полезно людям, и он готов продолжать этим заниматься, даже тогда, когда другие его не



Г.







- Чтобы понять, почему подросток вырос тем или иным, нужно посмотреть на родителей, которые его воспитали. Понять, каковы они сами.
- Для любого ребенка, родитель – это эталон поведения, образец для подражания, первый человек, с которого он будет брать пример и учиться у него жизни.
- Задачи воспитания ребенка в семье состоят в том, чтобы создать максимальные условия для роста и развития ребенка; стать социально-экономической и психологической защитой ребенка; передать опыт создания и сохранения семьи, воспитания в ней детей и отношения к старшим.
- Семья – это замечательное слово, которое означает уют, тепло, поддержку близких и просто общение.
- *Немецкий сатирик Себастьян Брант писал: «Ребенок учится тому, что видит у себя в дому: родители пример тому».*





**Как же все-таки наших современных деток воспитывать правильно?**



**Многочисленны жалобы родителей на то, что все их усилия по воспитанию детей безрезультатны. Даже в хороших семьях сталкиваются с тем, что дети неуправляемы и непредсказуемы в своем поведении, хотя родители много времени и сил тратят на воспитание. Очень часто звучит фраза «Я не понимаю своего ребенка!».**

***Или правильнее спросить, что нужно делать, чтобы наши дети выросли, не растеряв свои уникальные качества в процессе воспитания?***

**Ответ прост и доступен: воспитатель должен сам быть таким, каким он воспитывает ребенка. Проявлять, применять и олицетворять те качества, которые он пытается привить ребенку.**

**Вывод еще проще: воспитатели должны воспитывать себя!**





**Спасибо всем за внимание**