

Советы родителям выпускников ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ЭКЗАМЕНУ

(Советы психолога для родителей выпускников)

Слово «экзамен» в буквальном переводе с латыни - «испытание». Дети в большинстве своем так и относятся к нему - как к очень серьезному жизненному испытанию: с повышенным чувством ответственности. Но даже если ваш ребенок всегда был самостоятельным в вопросах учебы (а если несамостоятельным - тем более!), контролировать его подготовку к экзаменам все равно придется.

Всегда будьте готовы предложить свою помощь. Посвящайте вашему ребенку как можно больше времени. Даже если вы, например, далеки от проблем химии или физики, все же наберитесь терпения и выслушайте до конца рассказ о кислороде или биноме Ньютона. С одной стороны, это будет своеобразной репетицией перед экзаменом, а с другой, что не менее важно, - ребенок почувствует, что его экзамены так же важны для вас, как и для него.

Вступая в эпоху экзаменов, ребенок должен знать, что родители останутся его друзьями, каков бы ни был результат (на «отлично» он сдаст или провалится). Если же его оценка действительно окажется плохой, не делайте из этого трагедии. Никакой экзамен не может и не должен «дисквалифицировать» ребенка в ваших глазах. В такой момент ему более всего нужны ваши любовь и понимание. Если вы сейчас отшатнетесь от него, можете потерять доверие ребенка бесповоротно.

Не попрекайте ребенка деньгами, заплаченными репетитору. Это может вызвать чувство вины, а значит, и еще один стресс.

Не обещайте за хорошо сданные экзамены золотые горы. Мало того что ребенок будет думать во время подготовки больше о награде, чем об экзамене и его результатах, так еще и на самом экзамене ребенок не сможет сконцентрироваться.

О стрессе в случае неудачи можно и не говорить. Перед экзаменами не мешает заглянуть в поликлинику, тем более если у вашего ребенка есть хроническое заболевание. В стрессовой ситуации оно может обостриться и привести к серьезным последствиям. Учтите советы врача. Может быть, накануне экзаменов потребуется пройти профилактическое лечение. Не отказывайтесь, если врач, учитывая состояние ребенка, посоветует вам освободить его от экзаменов. Кстати, в любой поликлинике и у директора школы есть инструкция со списком заболеваний, при которых врач просто обязан освободить вашего ребенка от экзаменов, тем более что... аттестат ему должны выдать в любом случае, а на медаль он не претендует.

Помните, здоровье вашего ребенка важнее, чем оценка. Наверное, в доме в эту пору должно быть тише и спокойнее, чем обычно. Атмосфера в семье вообще много стоит, а теперь и подавно. Избегайте конфликтов и снимайте напряжение. Научите детей верить, что им обязательно повезет. И не только на экзамене!

Рекомендации родителям первоклашек

Каждый родитель заинтересован в том, чтобы у него с его любимыми детками складывались хорошие, доверительные взаимоотношения; чтобы в школе он был успевающим и успешным учеником, чтобы у него было много хороших, верных друзей, чтобы сам был хорошим человеком, чтобы к нему все хорошо относились... Можно еще очень -очень долго перечислять то, что мы хотим для ребенка. Поэтому хотелось бы дать несколько советов, правил в отношении воспитания детей:

Смотрите на своего ребенка как на самостоятельную личность.

Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

Никогда (даже в сердцах) не говорите ребенку, что он хуже других.

По возможности честно и терпеливо отвечайте на любые вопросы ребенка.

Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.

Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.

Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это не выгодно.

Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.

Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.

Признавайте права ребенка на ошибки.

Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.

Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые. И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

Все время доказывайте своим поведением, что умеете держать слово.

Держите себя так, чтобы ребенок не боялся идти к вам с любым вопросом, даже тогда, когда чувствует, что вопрос деликатный.

Раньше, чем пристыдить или наказать ребенка, постарайтесь понять, по каким побуждениям он совершил свой поступок.

Не обращайтесь с ним все время как с маленьким ребенком.

Не балуйте его и не делайте за него то, что он мог бы сделать сам.

Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

Учите ребенка свободно и непринужденно обращаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.

Вот некоторые **пожелания**, касающиеся учебного процесса ребенка и школы:

Необходимо нормализовать режим дня ребенка, так как дети быстро устают и не могут произвольно регулировать свою работоспособность.

Периодический отдых позволит сохранить работоспособность почти до конца дня.

Будьте внимательным к нуждам и потребностям ребёнка: желательно находиться рядом при выполнении домашних заданий, чтобы возвращать его к занятиям (сам он этого может и не делать).

Будьте последовательными в поощрении и наказании, так как отрицательные эмоции могут заставить ребёнка избегать общения со взрослыми, вплоть до ухода из дома.

Постоянно сотрудничайте с классным руководителем.

Дети склонны действовать импульсивно, под влиянием минуты, поэтому им труднее доводить до конца начатое дело, необходима в этом помощь взрослых, иначе подобная разбросанность может закрепиться в характере.

Необходимо демонстрировать в семейных отношениях модель неагрессивного поведения, так как эмоции оказывают исключительно сильное влияние на деятельность ребёнка. Эмоции средней интенсивности, как правило, её активизируют, но сильные эмоциональные нагрузки (бурное выяснение отношений, эмоциональные выговоры и т. д.) могут привести к нервному перенапряжению и срыву.

Не следует чрезмерно опекать ребенка. Позвольте ребенку почувствовать себя взрослым, свободным от вашей постоянной опеки, дайте осознать, что доверяете ему и, что немаловажно, его учительнице.

Искренне интересуйтесь его успехами и неудачами, его настроением.

Замечайте успехи ребенка, поощряйте, если есть промахи – вежливо без оскорблений скажите ему, попытайтесь устранить вместе с ребенком.

Постоянство в соблюдении времени отхода ко сну способствует быстрому засыпанию, глубокому ночному отдыху ребенка.

Идите навстречу стремлению педагога познакомиться с родителями своих учеников.

Знание условий, в которых находится ученик вне школы, помогают учителю лучше понять мотивы его поступков и построить правильную модель взаимоотношений.

Не критикуйте учителя в присутствии ребенка.

Не следует бурно реагировать на факты ссоры ребенка с другими детьми.

Наш второклашка

Помощь родителей второкласснику

Одно из важнейших условий успешности домашней учебной работы младших школьников - это сотрудничество ребенка с родителями, чаще всего — с матерью. Однако нередко подобное сотрудничество оказывается недостаточно продуктивным не только в плане усвоения ребенком учебного материала, но и с точки зрения развития личности школьника.

Несовпадение стилей познания ребенка и матери может привести к неэффективности выполнения домашнего задания. Многим родителям хорошо знакомо ощущение беспомощности, охватывающее их после многократного и, как выясняется, безрезультатного объяснения ребенку нового или сложного материала. Взрослым трудно представить себе, почему ребенок искренне не может понять то, что им самим кажется таким простым и ясным.

Ребенку, так и взрослому бывает нелегко уловить чужую логику рассуждения, встроить новое знание в уже сложившуюся картину мира, увидеть обсуждаемую проблему с точки зрения собеседника. Может возникнуть *познавательный (когнитивный) конфликт*:

- если для ребенка характерно обобщенное, глобальное восприятие проблемы, а для матери — внимание к деталям и частностям,

- если для школьника характерно стремление к восприятию и переработке материала в направлении от общего к частному, тогда как мать, в силу своих познавательных особенностей, предпочитает объяснять ребенку материал, опираясь на конкретные примеры?

- если у ребенка преобладает аналитический, рассудочный склад ума, а у матери — повышенная эмоциональность, стремление сопровождать объяснения конкретными несущественными отвлечениями.

- если ребенок склонен оценивать сделанную им работу в целом, а мать имеет обыкновение обращать внимание на отдельные, порой незначительные недочеты, то их совместная учебная работа также будет малоэффективной.

Следствием возникающего когнитивного конфликта между познавательными стратегиями матери и ребенка может стать формирование отрицательного отношения последнего к выполняемой дома учебной работе. Совместное с матерью выполнение домашних заданий начинает осложняться устойчивыми конфликтными отношениями между ребенком и взрослым. Регулярность, ежедневная повторяемость таких отношений может привести к возникновению у ребенка так называемого «смыслового барьера», в результате чего он становится менее восприимчив к педагогическим и воспитательным воздействиям данного взрослого. Понимание взрослым особенностей когнитивного стиля ребенка, а также осознание собственной познавательной деятельности могут существенно повысить эффективность домашней учебной работы младшего школьника.

Рекомендации родителям по развитию одаренного ребенка

Советы Дэвида Льюиса:

- Отвечайте на вопросы ребенка терпеливо и честно.
- Воспринимайте вопросы и высказывания ребенка всерьез,
- Предоставьте ребенку комнату или уголок исключительно для его дел.
- Сделайте стенд, где ребенок может показывать свои работы.
- Не ругайте ребенка за беспорядок на столе, если это связано с его творческим процессом.
- Покажите ребенку, что его любят и принимают безусловно, т.е. таким, какой он есть, а не за успехи и достижения.
- Поручайте своему ребенку посильные дела и заботы.
- Помогите ему строить свои собственные планы и принимать решения.
- Помогайте ему улучшать результаты его работы.
- Берите вашего ребенка в поездки по интересным местам.
- Помогайте ребенку общаться с детьми из разных культурных слоев.
- Не сравнивайте своего ребенка с другими, указывая при этом на его недостатки.
- Не унижайте своего ребенка, не давайте ему почувствовать, что он чем-то хуже вас.
- Приучайте вашего ребенка мыслить самостоятельно.
- Снабжайте ребенка книгами, играми и другими нужными ему вещами для его любимых занятий.
- Побуждайте ребенка придумывать истории и фантазировать. Делайте это вместе с ним.
- Приучайте его к регулярному чтению с малых лет.
- С вниманием относитесь к его потребностям.
- Каждый день находите время, чтобы побыть с ребенком наедине.
- Включайте ребенка в совместное обсуждение общих семейных дел.
- Не дразните ребенка за ошибки.
- Хвалите за любые успехи.
- Учите его общаться со взрослыми любого возраста.
- Разрабатывайте практические эксперименты, помогающие ребенку больше узнавать.
- Не запрещайте ребенку играть со всяким хламом - это стимулирует его воображение.
- Побуждайте ребенка находить проблемы и затем решать их.
- Хвалите ребенка только за конкретные успехи и поступки и делайте это искренне.
- Будьте честными в оценке своих чувств к ребенку.
- Не ограничивайте круг тем, обсуждаемых с ребенком.

- Давайте ребенку возможность самостоятельно принимать решения и ответственность за них.
- Помогайте ребенку стать личностью.
- Помогайте ребенку находить заслуживающие внимания телепрограммы и радиопередачи.
- Развивайте в ребенке позитивное восприятие его способностей.
- Поощряйте в ребенке максимальную независимость от взрослых.
- Верьте в здравый смысл вашего ребенка и доверяйте ему.
- Никогда не отмахивайтесь от неудач ребенка, говоря ему: «Я этого тоже не умею».
- Предпочитайте, чтобы основную часть работы, за которую взялся ваш ребенок, он выполнял самостоятельно, даже если вы не уверены в позитивном конечном результате.
- Ведите дневник наблюдений за развитием вашего ребенка и анализируйте процесс развития.

Негативные стороны качеств личности одаренных детей

У одаренных детей имеются свои плюсы, так и минусы.

Негативными сторонами одаренных детей являются следующие качества личности:

1. Эгоцентризм и неспособность вставить на точку зрения другого человека, особенно если он интеллектуально слабее.
2. Неприязнь к школе, если учебная программа скучна и неинтересна.
3. Отставание в физическом развитии по сравнению со сверстниками, так как одаренный ребенок предпочитает интеллектуальные занятия. Отсюда неумение принимать участие в коллективных спортивных играх.
4. Отсутствие культуры диалога и желание заканчивать мысль собеседника, так как уже с первых слов схватывает суть проблемы.
5. Стремление прерывать и поправлять собеседника во время разговора, если тот делает логические ошибки или неправильно ставит ударение в словах.
6. Стремление всегда быть правым и споре из-за отсутствия конформизма и способности идти на компромисс.
7. Стремление командовать сверстниками - иначе ему становится скучно с ними.

Все эти не очень симпатичные черты характера одаренного ребенка, которые являются продолжением его достоинств, могут вызывать неприязнь у сверстников и отталкивать их от себя. Не секрет, что, находясь в обычной школе, одаренный ученик часто раздражает учителей тем, что он или все уже знает, или задает столько вопросов, что перетягивает внимание учителя только на себя. В результате этого происходит изоляция одаренного ученика от остального класса. Перевод в более старший класс на основании знания программы ведет к разрыву дружеских связей и трудностям установления таких связей в новом классе. В результате многие одаренные дети в школе чувствуют себя изгоями. Классно-урочная система обучения, являясь хорошим стимулом для средних учащихся, становится тормозом и бичом для одаренных. Поэтому с одаренным ребенком надо работать либо по индивидуальной программе, либо направлять его в специальную школу, где учатся такие же, как и он сам, одаренные дети.

Одаренный ребенок и учебная деятельность

В учебной деятельности одаренные дети отличаются тем, что:

1. Хотят добиваться успехов в учебе и приобретать знания, не воспринимая это как насилие над собой.
2. Способны к самостоятельным действиям благодаря приобретенным ранее умственным навыкам.
3. Умеют критически оценивать окружающую действительность и проникать в суть вещей и явлений.
4. Погружены в философские проблемы, касающиеся вопросов жизни и смерти, религии и сущности мироздания.

5. Не довольствуются поверхностными объяснениями, даже если они кажутся достаточными для их сверстников.
6. Постоянно стремятся к самосовершенствованию и стараются все делать хорошо (перфекционизм). Отсюда - постановка завышенных целей и тяжелые переживания в случае невозможности их достижения.
7. Могут полностью концентрировать внимание и погружаться в проблему, подавляя любые «помехи».
8. Способны фиксировать свой опыт и оперативно применять его в экстремальной ситуации.
9. Урок для них особенно интересен, когда имеет место поисковая и исследовательская ситуация, импровизация и парадоксы.
10. Умеют выделять главное в проблеме и в жизни, необходимое в данный момент для самореализации.
11. Лучше других своих сверстников способны раскрывать отношения между явлениями и сущностью, использовать логические операции, систематизировать и классифицировать материал.
12. Остро переживают несправедливость в случае нарушения морально-нравственных норм и отношений.

Признаки одаренности

Современное понимание одаренности, пройдя через научные споры многих психологических школ, утверждает, что в ее основе лежит доминирующая познавательная мотивация и исследовательская творческая активность, выражающаяся в обнаружении нового в постановке и решении проблем (А.М. Матюшкин).

Признаками одаренности в раннем детстве принято считать неумное любопытство ребенка, его бесконечные вопросы, большой запас слов и развитость речи, способность к концентрации внимания на интересующем его деле и упорство в достижении результата, хорошую память, богатую фантазию с нечетким отделением реальности от вымысла, доброту, открытость, острую реакцию на несправедливость.

В более старшем возрасте признаками одаренности считаются потребность ребенка в коллекционировании и классификации, хорошее чувство юмора, сформированность навыков логического мышления, оригинальность ассоциативного мышления, способность к планированию четким образом предстоящей деятельности, гибкость в концепциях, способах действий, социальных ситуациях. Отмечаются также такие качества личности, как развитые навыки общения, открытость, активность, настойчивость, энергичность, склонность к риску, предпочтение сложных заданий, независимость в суждениях и в поведении – неконформизм.

Одаренными можно считать детей если они:

- часто «перескакивают» через последовательные этапы своего развития;

- у них отличная память, которая базируется на ранней речи и абстрактном мышлении;
- рано начинают классифицировать и категорировать поступающую к ним информацию и собственный опыт, с удовольствием отдаются коллекционированию. При этом их целью является не приведение коллекции в идеальный и достаточно постоянный порядок, а реорганизация, систематизация ее на новых основаниях;
- у них большой словарный запас, они с удовольствием читают словари и энциклопедии, придумывают новые слова и понятия;
- способны заниматься несколькими делами сразу, например, следить за двумя или более происходящими вокруг событиями;
- они очень любопытны, активно исследуют окружающий мир и не терпят каких-либо ограничений своих исследований;
- в раннем возрасте способны прослеживать причинно-следственные связи, делать правильные выводы, а также строить альтернативные модели и системы происходящих событий;
- легко справляются с познавательной неопределенностью, с удовольствием воспринимают сложные долгосрочные задания и терпеть не могут, когда им навязывают готовый ответ;
- способны длительное время концентрировать свое внимание на одном деле, они буквально погружаются в свое занятие, если оно им интересно.

Проблема определения уровня способностей ребенка встает перед родителями особенно остро в момент выбора учебного заведения. Психологи утверждают, что важно определить не столько "глубину" таланта, сколько его тип. От того, насколько верно родители и специалисты сумеют выявить тип одаренности ребенка, во многом зависит его успех в жизни. Считается, что лишь один процент детей - гении. Одаренных гораздо больше - 15-20 процентов. И, отдавая ребенка в школу, грамотные родители, как утверждают педагоги и психологи, должны думать не о престижности учебного заведения, а о том, сможет ли данная школа развить способности их чада.

Психологи характеризуют одаренность как понятие условное и временное. Условное, потому что многое, если не все, зависит от того, как будет развивать свои способности одаренный ребенок, кто станет им заниматься, готова ли семья поддерживать его интересы. Так, ребенок, воспитывающийся в семье музыканта, с большей долей вероятности станет музыкантом, чем тот, чьи родители не имеют отношения к музыке. Временным это понятие считается потому, что одаренность может проявляться в разные моменты жизни человека - как в раннем детстве, так и в зрелом возрасте. Маленький Альберт Эйнштейн, если бы его тестировали современные психологи, оказался бы в рядах отстающих, потому что он поздно начал говорить, в гимназии успехами не блистал и даже был из нее изгнан за неуспеваемость. А вот у физика-теоретика Льва Ландау, основателя кибернетики Норберта Винера, писателя Александра Грибоедова исключительные способности наблюдались с раннего возраста. Одаренными

являются дети, которые в силу выдающихся способностей, по оценкам опытных специалистов, имеют потенциальные способности для овладения определенной деятельностью в одной или нескольких областях на высоком уровне достижения. Они нуждаются в специализированных учебных программах. Перспективы таких детей определяются уровнем их достижений и (или) потенциальными возможностями в одной или нескольких сферах: интеллектуальной; академических достижений; творческого или продуктивного мышления; общения и лидерства; художественной деятельности; психомоторной.