

Рекомендации психолога родителям на период летних каникул.

Учебная деятельность:

Родители часто стремятся, чтобы их дети, в период летних каникул, занимались учебной деятельностью. Мотивируют они их обычно так: «Пока эти примеры не решишь – гулять не пойдешь», «Сначала прочитай 10 страниц, потом отдыхай» и тому подобные варианты. Это плохая практика, ведь в голове у ребенка, это его заслуженный отдых, он весь год учился в ожидании его, а родители - тираны, заставляют его все равно учиться. Подумайте, как бы вы себя чувствовали, если бы в ваш отпуск, ваш начальник вызывал вас на работу и давал бы задания. Ребенку неважно насколько благие у вас намерения и что делать домашнее задание, заданное на лето, все равно придется.

Выход из этой ситуации достаточно прост. Домашнее задание – это его ответственность, оно есть и его надо сделать за лето. Поэтому, сядьте вместе с ребенком и разработайте план обучения на лето. Например, можно учиться каждый день по 30 минут, или перенести всю учебу на август, но тогда придется учиться по полтора часа. Еще лучше, дать задание ребенку самому составить план обучения, это будет его план и к вам тогда уже не будет претензий.

Если нужно подтянуть какие-то предметы, то сделайте это в игровой форме вместе с ребенком. Например, в виде викторины, квестов и других игр, в которые можно вставить вопросы по предмету. Великое множество таких игр можно найти в интернете.

Взаимоотношения:

Лето – это отличное время, чтобы лучше узнать своего ребенка и улучшить взаимоотношения с ним.

Совместная деятельность родителей с детьми, в период летнего отдыха, станет замечательной возможностью для общения, нахождения и развития взаимопонимания, поможет взглянуть по новому на возможности и самостоятельность ребенка.

Привлекайте ребенка к совместной деятельности. Ремонт, работы на даче, даже совместное приготовление пищи станут отличным мостом для взаимопонимания. Совместный труд всегда сближает. Только необходимо помнить о двух вещах:

1. Летние каникулы – это период отдыха. Не стоит нагружать ребенка работой и учебной сверх меры, нужно давать ему время на свои дела и на этот самый отдых.
2. Если вы сами относитесь к выбранной работе как к мучительной необходимой задаче, то и ребенок будет её воспринимать именно так. Подойдите к работе с креативом и весельем, побудьте тоже ребенком: побрызгайтесь водой на огороде в жаркий день, устройте соревнование, кто больший кусок обоев сорвет со стены во время ремонта, устройте конкурс на самую ровную и красивую грядку.

Кроме того разбавляйте работу приятным досугом, который будет дополнительным призом за хорошую работу. Это будет способствовать усилению связи между вами и ребенком, а также будет позитивным подкреплением, за помощь ребенка. Пожарьте шашлыки на даче, сделайте веселый и вкусный ужин. Планируйте совместный досуг.

Кроме работы, проводите с ребенком время и отдыхая, тем более, что летом для этого не обязательно сильно тратить деньги. Банальная прогулка в парке и разговор по душам за мороженым могут стать отличным днем и воспоминанием о лете. Сходите с ним на пикник в парк или на природу. Нам очень повезло, мы живем в Крыму и у нас есть возможность выбраться на выходные к морю. Многие забывают, что важнее всего для ребенка - это не машинки и куклы, а любящие родители. Для ребенка день с понимающими и веселыми родителями стоит дороже, чем любой Диснейленд.

Досуг ребенка:

Не считая совместного досуга с ребенком, нужно узнать: чего хочет сам ребенок летом.

Давайте время ребенку на отдых, общения с друзьями и любимые дела.

Лето это отличное время, чтобы заинтересовать ребенка чем-то новым, дать шанс попробовать себя в чем-то.

Например, подросткам может быть интересно и полезно устроиться на первую работу, бюро трудоустройства предлагает занятость, начиная с 16 лет. Это, во-первых поднимет их самооценку, а во-вторых, может стать отличным мотиватором к учебе: «Я не хочу всю жизнь работать курьером или расклейщиком объявлений. Я выучусь и буду заниматься более успешной деятельностью».

Если ребенок все время проводит в социальных сетях или компьютерных играх, стоит найти способы вытащить его оттуда в реальный мир. Поскольку компьютерные игры и социальные сети – это способ уйти от реальности. Запреты в данном случае дадут мало эффекта и только настроят ребенка против вас. Стоит попробовать поговорить о том, что беспокоит ребенка. Возможно, он чувствует нехватку внимания, или не взаимные чувства, возможно он просто не знает, чем себя занять. В первых двух случаях нужно оказать поддержку, проявить любовь и понимание. В последнем случае – стоит привлечь его к совместной деятельности, досугу, если есть возможность, предложить ему какие-то секции или кружки, возможно поездку в летний лагерь.

Помните, что внимание и поддержка родителей, являются одним из важнейших факторов, формирующих будущее вашего ребенка.