

Памятка по психологической поддержке

не находились непосредственно в горячих точках, война всё равно присутствовала в их жизни и постоянно напоминала о себе.

Если Ваши дети были свидетелями трагических событий или просто знают о них, то они:

1. Испытывают страх, тревогу, гнев, печаль, которые могут быть пережиты и пережиты с близкими людьми.

2. Испытывают чувство вины, и могут даже подумать о возможности выжить, что не случается в большинстве случаев.

3. Стараются отключить все чувства детей, чтобы избежать их эмоциональных переживаний.

4. Если ребёнок переживает утрату близкого человека -- поделяйтесь своими воспоминаниями об умершем и дайте возможность выразиться и ребёнку.

3. Исковую группу назвали

Исковая группа в другую страну -- так было испытание для Вас и Ваших детей. В этот период Вы пережили депрессию от сотрудничества с чужими, впоследствии чуждыми людьми, у которых свои правила и законы.

Обычно дети адаптируются к новой культуре быстрее взрослых: они быстрее подхватывают и копируют чужие. А родители жалеют, что бы, чтобы их дети сохранили привычки и ценности, привитые на родине. Нежность и неуступчивость родителей и детей вопреки этому делают детей более агрессивными, и даже если в семье не было конфликтов, то они могут возникнуть со временем.

Родители часто думают о культурных традициях и культуре родной страны, но в то же время стараются быть открытыми к другой культуре и стараться адаптироваться к ней. Это помогает детям адаптироваться к новой культуре и стараться адаптироваться к ней.

Каждый в ребёнке не понимает, почему так происходит, почему, и как адаптироваться к другой культуре и жизни.

С помощью родителей и близких друзей ребёнка, можно быть, что адаптироваться к новой культуре у тех детей, кто адаптируется к ней.

Адаптация в ребёнке -- это не только адаптация к новой культуре, но и адаптация к новой культуре, и адаптация к новой культуре и адаптация к новой культуре.

Адаптация ребёнка к новой культуре -- это не только адаптация к новой культуре, но и адаптация к новой культуре, и адаптация к новой культуре.

4. Если вы...

Если вы хотите быть счастливым ребёнком, то вы должны быть счастливым ребёнком, и вы должны быть счастливым ребёнком, и вы должны быть счастливым ребёнком.

стресса, вызванного новой обстановкой, дети могут учиться не так хорошо, как Вам хотелось бы. Плохие оценки и другие школьные неудачи очень расстраивают ребёнка - никому не хочется быть двоечником.

Не наказывайте ребёнка слишком строго за плохие оценки: вряд ли у него есть возможность сейчас учиться лучше.

Хвалите детей даже за небольшие достижения, не заостряйте внимания на его неудачах. Вселяйте в ребенка уверенность, что он постепенно справится с трудностями.

Интересуйтесь учёбой, занятиями детей: расспрашивайте о школе, помогайте выполнять домашние задания, поощряйте дополнительные занятия.

Поддерживайте контакт с администрацией школы, объясните учителям ситуацию, в которой находится ваша семья, советуйтесь с ними.

6. Дети и родители дома

Тяжелые бытовые условия, теснота, неустроенность. Усталость и постоянные стрессы не оставляют сил на полноценное общение с детьми, а дети очень переживают из-за недостатка тепла и внимания, несправедливых наказаний. По сравнению с бытовыми и материальными неурядицами такие проблемы, как напряженный режим дня ребёнка, его страхи, переживания, душевные потребности кажутся второстепенными. Но детство – фундамент будущей жизни любого человека. И сделать его по-настоящему прочным могут только родители.

Дайте детям почувствовать, что при любых обстоятельствах Вы и Ваша любовь останутся с ними.

Жизнь детей должна быть упорядоченной, особенно если они не ходят в школу. Важно, чтобы они в одно и то же время вставали по утрам, ели, гуляли и ложились спать примерно в одно и то же время.

Избегайте ссор и выяснения отношений в присутствии детей.

Интересуйтесь домашними занятиями детей, рисуйте и играйте вместе с ними.

Дети нуждаются в терпении: останавливайте их, если они делают что-нибудь не так, но не наказывайте их физически и не угрожайте наказанием, а спокойно поговорите с ними и объясните, почему ребёнку не следовало бы делать так, при этом не настаивая, а давая совет.

Будьте последовательными в наказаниях и похвалах.

Старайтесь уделять всем детям равное внимание, не выделяя кого-то из них.

чувствовать себя ненужным, лишним, а вследствие этого станет замкнутым и неуверенным, а ведь вы – родители – его единственная поддержка и опора.

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, какими хотят видеть Вас Ваши дети? Конечно же, добрыми, любящими, веселыми, жизнерадостными.

Возможно ли такое в Вашем положении, когда приходится не жить, а выживать? Когда одновременно до десяти человек ютятся в однокомнатных квартирах?

Для каждого ребёнка его родители – самые лучшие, добрые и сильные. Постарайтесь не обсуждать в присутствии детей случаи несправедливого, жестокого обращения с Вами. Не запугивайте детей, особенно, младшую.

Воспитайте в детях веру в будущее и в собственные силы.

Выражайте любовь, рождайте себя и своих детей, будьте счастливы, займитесь искусством, ведите ЗОЖ и др.

Литература:

1. Зандрава С.К. Каткова Д.В. Милослав. Сущность и развитие. М., 2004 г.
2. Методы коммуникативной помощи экспериментальным животным. В кн. Под редакцией Зандравы С.К. Экспериментальное поведение / под редакцией Г.У. Соловьевой. Москва, 2001 г.
3. Соловьева Г.У., Шатерова Л.А. Оценка коммуникативных функций высшей нервной деятельности на дальнем этапе обучения. М., 1999 г. № 1. С.8-12.
4. Соловьева Г.У. От традиционных до современных методов и способов исследования функции высшей нервной деятельности // Вопросы в области экспериментальной психологии: материалы международной конференции. М., 1998 г. С. 125-131.
5. Соловьева Г.У. Развитие коммуникативных функций высшей нервной деятельности // Вопросы экспериментальной психологии. М.: Спектр, 2005 г. - 301 с.