



Д О М

Доброта. Отзывчивость. Мудрость.

Газета для специалистов органов опеки и попечительства и замещающих родителей

№ 54

февраль 2025 г.

Кировское областное государственное казенное учреждение
«Кировский областной центр усыновления, опеки и попечительства»



Весенние праздники в России

24 февраля - 2 марта—Масленица, проводы зимы
8 марта - Международный женский день
17 марта - Прощеное воскресенье
1 апреля - День смеха
12 апреля - День Авиации и Космонавтики
13 апреля - Вербное воскресенье
20 апреля - Пасха: Светлое Христово Воскресенье
20 апреля - Национальный день донора

1 мая - Праздник Весны и Труда
9 мая - День Победы
12 мая —Международный день Матери
15 мая—Международный день семей
24 мая - День славянской письменности и культуры

В этом номере:

- «Кружки и секции для ребенка: когда, сколько, как выбрать»
- «Общение с подростками»
- «Детские капризы. Причины и способы справиться с ними»
- «Занимательная страничка»

Кружки и секции для ребенка: когда, сколько, как выбрать

По мере взросления ребенка каждый родитель сталкивается с вопросом его разностороннего развития. В наши дни существуют студии, кружки и секции на любой вкус и кошелек. Как сделать оптимальный выбор с учетом возраста, увлечений и склонностей конкретной личности?

Крайне важно, чтобы нагрузка в кружке или секции соответствовала темпераменту, возрасту и способностям ребенка.

Выбирая кружок или секцию, важно обратить внимание на следующие нюансы:

Шаговая доступность. Учитывайте, что вам придется водить ребенка на занятия и забирать его. Перспектива ехать через весь город не обрадует ни одного родителя. Да и ребенок может сильно устать в пути.



Безусловно, важно **учитывать желания малыша**: если он хочет петь, нет смысла вести его на танцы. Но стоит отметить, что некоторые дети не могут определиться со своими предпочтениями — в принципе они бы были не против занятий и в спортивной секции, и в кружке по актерскому мастерству. Родителям нужно проявить инициативу и помочь ребенку сделать выбор, учитывая его возраст и способности.

Если ребенок, посетив несколько занятий в кружке или секции, отказывается туда ходить, поговорите с ним, расспросите подробности. Не стоит критиковать его и заставлять посещать кружок насильно. Пусть выберет другой вариант.

Нагрузка. Сколько кружков посещать — решать вам, но необходимо помнить, что у ребенка должно оставаться время и на занятия, на игры, и на прогулку. Если на один день выпало два занятия в разных кружках, учитывайте, чтобы чередовались разные виды деятельности: умственная, физическая и творческая.

Компания для ребенка. Если процесс адаптации в новом коллективе у ребенка проходит тяжело, найдите ему компаньона. Поговорите со зна-

комыми: возможно, кто-то тоже захочет отдать ребенка в ту же секцию.

На что обратить внимание, чтобы понять, как ребенок относится к занятиям?

Плохое настроение после занятий. Если в конце тренировок ребенок находится в угнетенном состоянии, можно сделать вывод, что такие занятия ему не подходят. Головные боли и боль в животе прямо перед секцией или сразу после также могут стать сигналами дискомфорта.

Личность педагога. Если тренер или учитель плохо объясняет, повышает голос или оскорбляет детей, ребенку не захочется ходить в такую секцию.

Ребенку не интересен сам предмет. Вполне возможно, что ему просто не хочется заниматься тем, чем занимаются участники секции. Ему это неинтересно. Однако не стоит думать, что если ребенку не понравился футбол, то он не захочет участвовать в других видах спорта. Спортивные занятия, как и музыкальные, непохожи между собой, поэтому имеет смысл попробовать себя в разных направлениях.

Лучший способ мотивировать детей — самому быть увлеченным человеком. Например, малыш видит, как мама по вечерам рисует, а папа ходит на пробежки. Возможно, кто-то в семье красиво поет, и это стимул для ребенка научиться так же.

Не обязательно выбирать те же хобби, что и у родителей. Сама домашняя атмосфера, где все стремится к развитию, будет мотивировать и подавать правильный пример.

Некоторые родители хотят, чтобы их ребенок был самым умным, физически развитым и просто лучшим во всем. Но в погоне за этим не нужно перебарщивать с занятиями. Формируйте график детей так, чтобы у них было несколько часов «ничегонеделания» в сутки и хотя бы один такой день в неделю. В свободное время ребенок психологически и физически отдыхает, учится лучше понимать самого себя и свои желания. Нередко в такие часы находят новые увлечения и открываются способности.

Подавайте детям правильный пример, честно с ними разговаривайте, учитывайте их интересы — это несложный секрет воспитания счастливых и умных ребят.

*Васильчишина Анастасия Анатольевна,
социальный педагог*

Общение с подростками

Общение с подростками — это важный и сложный процесс, который требует от взрослых терпения, понимания и навыков. Подростковый возраст — это период значительных изменений, как физических, так и эмоциональных. В этот период происходит формирование личности, становление ценностей и взглядов на жизнь. Общение с подростками требует особого подхода и понимания их уникальных потребностей.

1. Понимание подросткового возраста



Подростки находятся на этапе формирования своей идентичности. Они стремятся к независимости, исследуют свои интересы и часто испытывают эмоциональные колебания. Важно понимать, что их поведение может быть непредсказуемым, и это нормально. Подростковый возраст (обычно от 12 до 18 лет) характеризуется следующими особенностями:

Поиск идентичности: Подростки активно ищут свое место в мире, формируя свою индивидуальность. Это может проявляться в экспериментировании с внешностью, стилем, увлечениями и группами общения.

Эмоциональная нестабильность: Из-за гормональных изменений и социальных давлений подростки могут испытывать резкие перепады настроения. Важно помнить, что эти изменения являются нормальной частью взросления.

Стремление к независимости: Подростки стремятся к автономии и могут воспринимать авторитет родителей или взрослых как ограничение. Это может приводить к конфликтам, но также является естественным этапом в процессе становления.

2. Активное слушание

Одним из самых важных навыков в общении с подростками является активное слушание. Это означает не просто слышать, что говорит подросток, но и проявлять интерес к его мыслям и чув-

ствам. Задавайте открытые вопросы, чтобы побудить их делиться своими переживаниями.

Активное слушание — это важный аспект общения, который помогает установить доверительные отношения с подростками. Это включает в себя:

- *полное внимание:* Отложите все дела и сосредоточьтесь на разговоре. Поддерживайте зрительный контакт и проявляйте интерес к тому, что говорит подросток.

- *переосмысление и уточнение:* Повторяйте или перефразируйте сказанное подростком, чтобы показать, что Вы его понимаете, например: "Я слышу, что ты чувствуешь себя неуверенно из-за экзаменов".

- *эмпатия:* Постарайтесь понять эмоции подростка и поддержать его, например, «Я понимаю, что тебе сейчас сложно, и это нормально».

3. Уважение и доверие

Подростки хотят, чтобы их мнения и чувства уважали. Создание атмосферы доверия помо-



жет подросткам открыться и делиться своими проблемами. Избегайте критики и осуждения, вместо этого старайтесь поддерживать конструктивный диалог.

Уважение — ключевой элемент в общении с подростками. Это включает в себя:

- *признание их мнений,* даже если Вы не согласны с мнением подростка, важно уважать его точку зрения, это помогает подростку чувствовать себя ценным и услышанным.

- *честность,* будьте открытыми и честными в своих ответах, если Вы не знаете ответа на вопрос, признайте это. Это укрепляет доверие.

4. Установление границ

Хотя важно уважать мнение подростка, также необходимо устанавливать четкие границы. Объясните, почему эти границы важны, и как они помогут подростку в будущем. Это поможет создать баланс между свободой и ответственностью. Подростки нуждаются в личном пространстве. Уважайте их границы и дайте им возможность делиться только тем, чем они хотят.



5. Пример для подражания

Подростки ищут примеры для подражания и часто берут пример с взрослых. Важно быть осведомленным о том, как Ваше поведение может влиять на них: Будьте тем человеком, которым Вы хотите, чтобы они стали. Демонстрируйте положительные качества, такие как честность, уважение и ответственность.

Личный пример: Показывайте, как справляться с трудностями, как решать конфликты и как вести себя в различных ситуациях. Ваше поведение служит моделью для подростков. Обсуждение ролевых моделей: Говорите с подростками о людях, которых они могут считать примерами для подражания. Это могут быть знаменитости, учителя, спортсмены или даже члены семьи.

6. Поддержка и понимание

Поддержка подростков в их увлечениях и интересах может значительно укрепить Ваши отношения. Проявляйте интерес к тому, что им нравится, будь то спорт, музыка или учеба. Это поможет им чувствовать себя ценными и понятыми. Под-

держка и понимание важны для подростков, особенно в трудные времена, это можно проявить через:

Эмоциональную поддержку: Будьте рядом, когда подросток сталкивается с трудностями. Слушайте его, предлагайте помощь и поддержку.

Поощрение: Поддерживайте увлечения и интересы подростка,

даже

если они отличаются от ваших, это поможет ему развивать уверенность в себе.

Создание безопасной среды: Обеспечьте атмосферу, в которой подросток может, открыто выражать свои мысли и чувства, не боясь осуждения.

Поддержка позитивных ценностей: Обсуждайте важные ценности, такие как честность, трудолюбие и уважение к другим. Это поможет подросткам формировать свои взгляды на жизнь.

Таким образом, общение с подростками — это вызов, но также и возможность для глубоких и



значимых отношений. Понимание, уважение и поддержка помогут создать крепкую связь, которая будет способствовать здоровому развитию подростка, помогут наладить крепкие и доверительные отношения. Помните, что каждый подросток уникален, и подход к общению должен быть индивидуальным.

*Овечкина Светлана Васильевна,
педагог-психолог*

Детские капризы. Причины и способы справиться с ними

Наверняка каждый человек, даже никогда не имевший детей, когда-нибудь видел, как капризничают маленькие дети. Истошно вопящий малыш в троллейбусе, маленький упрямец, не желающий уходить от вожака киоска, ревущее в три ручья чадо, которое буквально волочет по улице разгневанная или, наоборот, сама чуть не плачущая мамаша, — все это только верхушка айсберга. Основным полем детских капризов является, конечно же, дом, семья. Очень часто родители, беспомощно разводя руками, признаются: в яслях его хвалят, говорят — тихий, спокойный, все делает, а дома...



Что же такое детские капризы? Откуда они берутся и что с ними делать?

Для начала немножко видоизменим вопрос и поставим его так: отчего дети капризничают?

Ответ очень прост. Детские капризы — это послания ребенка. Послания маленькой личности окружающим ее людям, миру. Не учитывать этого при общении с ребенком — значит игнорировать значительную часть его истинных потребностей. Как же читать эти послания?

Иногда их текст прозрачен и легко прочитывается внимательной матерью или бабушкой. Достаточно такого капризничающего ребенка уложить, и все будет хорошо. Послание прочитано, потребность удовлетворена.

Почему дети капризничают?

Причиной детской капризности может быть хроническое или только начинающееся *соматическое заболевание*. Если ребенок испытывает физическую боль, если ему душно, жарко, если его тошнит или бьет озноб, он, может быть, и не сумеет сказать об этом словами (особенно если речь идет о ребенке до трех лет), но будет демонстрировать испытываемый им дискомфорт в виде изменений поведения. Это будет поведение протестное или непоследовательное, эмоционально противоречивое или заторможенное.

Всегда, когда ребенок начал капризничать неожиданно или «на ровном месте», в ближайшие

часы следует внимательно проследить за состоянием его здоровья.

Если ребенок болен хронически и часто ис-



пытывает физический дискомфорт, то во избежание развития патологий характера следует компенсировать это большим (по сравнению с обычным ребенком) количеством впечатлений позитивного, развлекательного характера. С таким ребенком надо больше разговаривать, играть, показывать и объяснять ему доступные его возрасту картинки, книги и фильмы.

Очень часто основной причиной детской



капризности бывают и *различные виды нарушения воспитания в семье*.

В этом случае послание ребенка может быть прочитано так: «Со мной нужно обращаться по-другому!»

Наиболее распространенным нарушением в воспитании дошкольников бывают разрешительный, или попустительский, тип воспитания — и, наоборот, запретительный, чрезмерно строгий тип.

Нарушением воспитания может быть и различная воспитательная ориентация членов семьи — например, родители воспитывают в строгости, а бабушка позволяет абсолютно все.

Иногда капризы ребенка являются симптомом внутрисемейной дисгармонии.

В этом случае при анализе ситуации ни разрешительного, ни запретительного типа воспитания выявить не удастся, ребенка вроде бы воспитывают правильно, иногда даже «по науке», но отношения внутри семьи до крайности напряжены. Например, свекровь не ладит с молодой невесткой и всячески стремится доказать и показать ее «никудышность». Или молодой отец после рождения ребенка не прочь погулять, а жена не спит ночами, потихоньку плачет и проверяет карманы его куртки в поисках доказательств супружеской неверности. Здесь капризы — послания ребенка — переводятся однозначно:

— Я не хочу, чтобы значимые для меня люди ссорились между собой!

В этом нет никакого врожденного миролюбия или, тем более, альтруизма со стороны ребенка. Просто та душевная энергия, которая по праву должна принадлежать ему, тратится взрослыми на выяснение отношений между собой или, наоборот, на сохранение «хорошей мины при плохой игре». И ребенок этим, естественно, недоволен. И так же естественно демонстрирует это недовольство окружающим. Именно такие дети часто и на первый взгляд необъяснимо перестают капризничать, когда свекровь уезжает на дачу («да она же к нему почти и не подходила!») или когда отец отправляется в длительную командировку («он же любит папу, я знаю, он всегда по нему скучает!»). В действитель-



ности дети в этом случае реагируют не на само отсутствие члена семьи (иногда искренне любимого), а на приостановку явных или скрытых военных действий.

Иногда за капризы принимают что-то другое. Например, вполне закономерное исследование ре-

мает обычно на третьем году жизни: «Нельзя сюда ходить? А я пойду... И что она сделает? Кричит... А я опять пойду. И что тогда будет? Ага, тащит. А я вырвусь и опять пойду... Ой-ей-ей! Кажется, хватит...»

И так по много раз на дню, по самым разным поводам. Ужасно утомительно. Но это не капризы.



Это — исследование. И если вы будете достаточно тверды и последовательны, то довольно быстро (у разных детей уходит на это от нескольких месяцев до двух лет) ребенок освоится со всем многообразием ваших реакций и будет вполне четко представлять, что можно, а чего нельзя себе позволить в общении с мамой, с папой, с бабушкой...

Классической, многократно описанной в литературе подменой является игнорирование родителями требований ребенка по предоставлению личностной самостоятельности, всем известное «Я сам!». Не умеет чисто есть, но тянется к ложке. Пытается сам завязать шнурки, потом всей семьей полчаса распутываем. Упорно надевает штаны задом наперед и так порывается идти в садик. При попытке исправить ситуацию — злится, кричит. Это тоже не капризы. В этих случаях имеет смысл сначала похвалить ребенка за стремление к самостоятельности и отметить его очевидные достижения, а потом сообщить, что для завершения ситуации и для придания ей большей гармоничности необходимо сделать еще то-то и то-то. Как правило, дети в этом возрасте требуют именно признания их попыток, ибо о какой то реальной автономии говорить еще рано, и они на самом-то деле прекрасно это понимают.

Что делать родителям, когда ребенок капризничает?

Попытайтесь как можно точнее прочитать и проанализировать послание ребенка, которое заложено в его сиюминутной или долгоиграющей капризности.

Прочитав послание, внятно сообщите ребенку, как именно вы его поняли и что собираетесь предпринять по этому поводу. (Если ничего не собираетесь предпринимать, то об этом тоже обязательно сообщите и разъясните причину. Например: «Я отлично понимаю, что ты устал и очень сочувствую тебе. Но до остановки идти еще два квартала, а коляски у нас нет. Так что придется идти, как шли. Я совершенно уверена в том, что ты сможешь дойти».)

Итак, проанализировав ситуацию, утверди-



тельным тоном сообщите ребенку плод ваших размышлений и дайте ему возможность согласиться с вами или возразить вам.

Учите ребенка выражать свои чувства словами, а не капризами.

Для этого есть один-единственный способ — родители сами должны говорить о своих чувствах в присутствии ребенка. Уже трехлетний ребенок, приученный прислушиваться к себе и не встречающий возражений в описании своих чувств, вполне может сказать: «Я сейчас злой! Я сейчас ужасно злой! Меня кошка разозлила, потому что я хотел поиграть, а она царапается. Вы от меня сейчас все отойдите, я буду на кухне злиться. А потом приду, и вы меня пожалеете». (Прямая речь подлинная, записана одной внимательной мамой со слов своего трехлетнего сына).

Для профилактики детских капризов и борьбы с уже развившейся эмоциональной неустойчивостью большое значение имеет *единая воспитательная позиция всех членов семьи, принимающих участие в уходе за ребенком*. И в строгих, и в демократических семьях дети достаточно легко приспосабливаются к существующим правилам, если эти правила едины и поддерживаются всеми членами семьи. И там, где никто не смеет взять ложку, пока не начал есть дедушка, и там, где все в любое время едят руками из большой кастрюли, которая всегда стоит на плите, вполне может вырасти спокойный, эмоционально устойчивый ребенок.

Но вот если мама что-то разрешает, а папа

это же самое запрещает категорически, а у бабушки все зависит от настроения, а у дедушки — от состояния здоровья, а у дяди от отметок, которые ребен-



нок получил в школе... И все это относится к чему-нибудь одному, например, к тому, можно ли прыгать на диване... Именно против такого «плюрализма» часто, капризная, протестуют дети. В семье, где много людей и несколько воспитательских позиций, имеет смысл устроить своеобразный «круглый стол», на котором путем компромиссов вырабатывается единый стиль воспитания и раз и навсегда решается, можно ли прыгать на диване, есть сардельки руками и пинать кошку. Иногда, во избежание дальнейших разночтений, имеет смысл даже составить на основе достигнутых соглашений итоговый письменный документ, в котором любой желающий сможет при необходимости уточнить, как же поступать в том или ином случае.

Крайне необходима *последовательность в утверждениях и требованиях, предъявляемых ребенку одним и тем же членом семьи*.

Как бы ни менялось у вас настроение и обстоятельство, но, если уж вы что-то запретили маленькому ребенку, то пусть «нельзя» остается «нельзя». А если уж позволили, то до конца вытерпите все последствия.

Если вы сказали при выходе на прогулку, что сегодня ничего не будете покупать в ларьке, то придерживайтесь этой позиции. Несмотря на все капризы. Ваша единственная уступка — это тоже послание. От вас к ребенку. И текст этого послания таков: «Иногда, при каких-то (не совсем ясных) обстоятельствах капризами от меня можно добиться того, чего ты хочешь». Получив такое послание, ребенок неизбежно будет пытаться. А упорства ему не занимать.

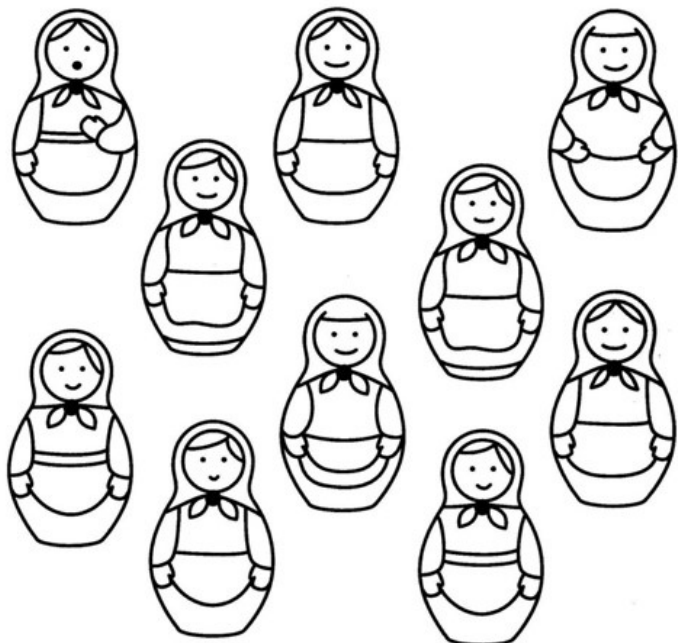
Оказывается в капризах может быть все просто и понятно, главное быть чуть внимательнее к своим детям. *Материал взят из книги Е. Мурашовой «Ваш непонятный ребенок»*

*Целищев Алексей Геннадьевич,
педагог-психолог*

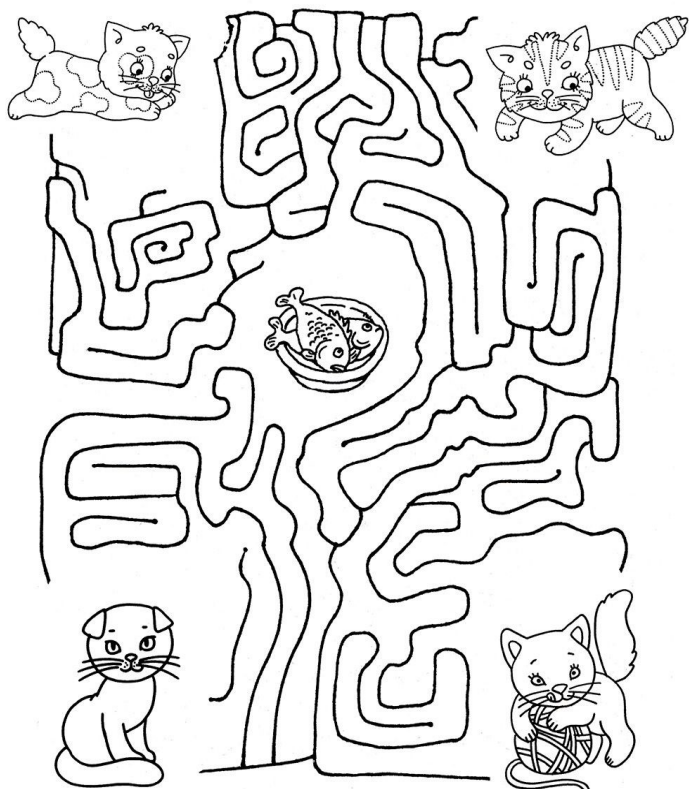
Занимательная страничка

В этом выпуске мы решили уделить внимание малышам и посвятить занимательную страничку им. Представляем задания для детей дошкольного возраста.

1. Найди три пары одинаковых матрёшек и раскрась их разными цветами.



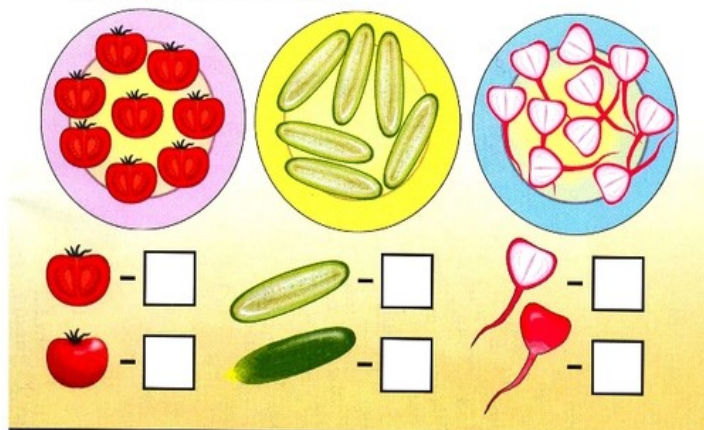
2. Какой кот сможет добраться до миски с рыбой и раскрась их потом.



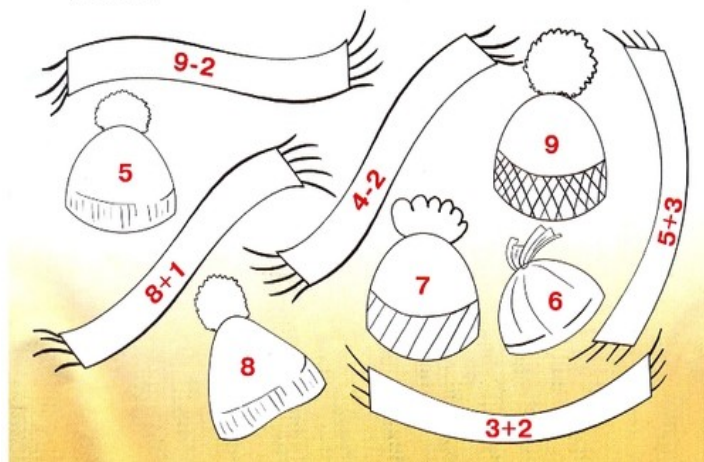
3. Найдите 10 отличий на рисунке.



Сколько половинок овощей лежит на каждой тарелке?
Сколько было целых овощей?



Каждый шарфик соедини с подходящей ему шапочкой и раскрась.



4. В завершении математические задания.
Поздравляю вас ребята, вы справились со всеми заданиями.

Целищев Алексей Геннадьевич,