

Ребенок без проблем!

*Решедник
для
родителей*



ЭКОМ

Ребенок без проблем! Решебник для родителей // Эксмо, Москва, 2008

ISBN: 978-5-699-23219-2

FB2: "Эшва", 14 October 2010, version 1.1

UUID: CC7437E1-7199-4EE6-B4C0-F9973F044B83

PDF: org.trivee.fb2pdf.FB2toPDF 1.0, Aug 27, 2011

А Луговская
М М Кравцова
О В Шейнина

Ребенок без проблем! Решебник для родителей

Эта книга - не учебник по детской психологии, не рассказ о новейших достижениях современной науки, это сборник готовых решений, который поможет справиться с самыми острыми проблемами, терзающими всех родителей при воспитании детей. Ваш ребенок часто плачет? Плохо ест? Боится темноты или собак? Не хочет идти в детский сад? Воюет с братом или сестричкой? Не вылезает из-за компьютера? Эти проблемы знакомы почти всем мамам и папам. Мы предлагаем вам оптимальный выход из всех сложных ситуаций! Авторы книги — практикующие психологи — дают простые и действенные рекомендации, которые помогут родителям решить все проблемы и сделать детство своего ребенка безоблачным!

Содержание

От составителей

Глава 1. ЕСЛИ МАЛЫШ ПЛОХО ЕСТ

Глава 2. ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ

Глава 3. ЕСЛИ МАЛЫШ БОИТСЯ

Глава 4. ЕСЛИ МАЛЫШ КАПРИЗНИЧАЕТ

Глава 5. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ СЛУШАЕТСЯ

Глава 6. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЛАДИТ С БРАТОМ ИЛИ
СЕСТРОЙ

Глава 7. ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАМКНУТ

Глава 8. ЕСЛИ РЕБЕНКУ ТРУДНО ПОДРУЖИТЬСЯ

Глава 9. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ ХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ
САД

Глава 10. ЕСЛИ РЕБЕНОК МЕЧТАЕТ О ДОМАШНЕМ
ПИТОМЦЕ

Глава 11. ЕСЛИ РЕБЕНОК СПРАШИВАЕТ «ПРО ЭТО»

Глава 12. ЕСЛИ РЕБЕНОК ДЕРЕТСЯ

Глава 13. ЕСЛИ РЕБЕНОК ГОВОРИТ НЕПРАВДУ

Глава 14. ЕСЛИ РЕБЕНОК БЕРЕТ ЧУЖИЕ ВЕЩИ

Глава 15. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЛЮБИТ ЧИТАТЬ

Глава 16. ЕСЛИ РЕБЕНОК ИНТЕРЕСУЕТСЯ ТОЛЬКО
КОМПЬЮТЕРОМ...

Глава 17. ЕСЛИ РЕБЕНКУ ТРУДНО В ШКОЛЕ
ЗАКЛЮЧЕНИЕ

От составителей

Рождение ребенка — всегда чудо и огромное счастье. Пока он еще совсем маленький, главное, что волнует родителей — его здоровье, питание, сон, физическое развитие. Однако малыш подрастает, и оказывается, что у него уже есть свои беды и проблемы, справиться с которыми ему одному не по силам. Детские страхи, капризы, слезы — все это беспокоит родителей, и совершенно справедливо: психологические проблемы ребенка, как правило, тесно связаны с отношениями между родителями, с психологическим климатом в семье. Это же зачастую является причиной детской замкнутости, проблем с общением.

Каких только вопросов не задают родители малышей детским психологам и врачам: почему чадо плохо ест, что делать, если ребенок не слушается, как решить проблему наказаний, в чем причина детских слез, как бороться со страхами, чем помочь ребенку, если он с трудом идет на контакт с другими детьми? Ребенок становится старше — появляются новые проблемы: он не ладит с братьями или сестрами, не хочет ходить в детский сад, вдруг начинает употреблять в разговоре «нехорошие» слова, а то и посерьезнее — обманывает родителей, дерется с другими детьми во дворе и детском саду, без спроса берет чужие вещи. Что делать? Как объяснить ему, что это плохо, и избежать повторения неприятных ситуаций?

Познание детьми окружающего мира тоже зачастую несет родителям ряд проблем. Как быть, если ребенок спрашивает «про это»? Что делать, если он днями и ночами просиживает за компьютером, а вот читать совсем не хочет и не любит? А потом ребенка отдадут в школу — и проблемных ситуаций становится больше.

Для того чтобы помочь родителям справиться с нелегкой задачей воспитания своих отпрысков, и была задумана эта книга. Это не учебник по детской психологии, не строго регламентирующие ваши действия правила воспитания подрастающего поколения. В этой книге мы собрали ответы практикующих российских психологов на наиболее актуальные и животрепещущие вопросы родителей, желающих помочь своим детям вырасти здоровыми и счастливыми. Уверены, вы найдете здесь возможные пути решения проблем, касающихся именно ваших детей, и успешно с ними справитесь. Желаем счастья вам и вашим детям!

Глава 1. ЕСЛИ МАЛЫШ ПЛОХО ЕСТ

В вашей семье появился малыш, и все было прекрасно, пока единственным блюдом для него было материнское молоко. Но ребенок растет, его рацион меняется, а вместе с этим иногда появляются и некоторые трудности. Малыш вдруг начинает капризничать во время еды, плохо кушает или вообще отказывается от пищи. Иногда у взрослых, сталкивающихся с подобной проблемой изо дня в день, просто не выдерживают нервы, и они начинают при помощи уговоров, а то и угроз и наказаний насильно кормить своего ребенка, только укрепляя в нем отвращение к еде.

Если в вашей семье существует подобная проблема, вам прежде всего необходимо разобраться в причинах отказа ребенка от еды, может быть, вы просто перекармливаете малыша. Кроме того, я попытаюсь вам подсказать, как сделать сам процесс питания более привлекательным для ребенка, как преодолеть его капризность и нежелание попробовать то или иное блюдо. Главное, при общении с малышом в такие моменты запастись терпением и выдержкой, и тогда вы обязательно сможете найти выход из сложившейся ситуации.

ПРИЧИНЫ ПЛОХОГО АППЕТИТА

Причин отказа ребенка от еды может быть много, и они не всегда связаны с антипатией к тому или иному блюду. Плохой аппетит может быть следствием имеющихся у ребенка заболеваний, неправильного питания, отсутствия режима или наличия у малыша всевозможных страхов. Рассмотрим перечисленные причины подробнее.

Нередко в кабинет врача или психолога приходят родители и жалуются, что их ребенок плохо ест, тогда как из-за их спины выглядывает вполне упитанное чадо. Когда же речь заходит о количестве пищи, составляющей одноразовую порцию малыша, выясняется, что его вполне хватило бы и взрослому человеку. Неудивительно, что ребенок в этом случае отказывается от еды. А если вам все-таки удалось сломить сопротивление малыша, это может неблагоприятным образом сказаться как на его психике, так и на его физическом здоровье. С одной стороны, он будет вынужден смириться с явной несправедливостью, что в будущем может привести к его полному несопротивлению различным трудностям и безынициативности. С другой стороны, довольно скоро вам придется бороться уже с другой проблемой — избыточным весом вашего малыша. Словом, во всем должна быть мера. Дети, как правило, сами прекрасно определяют необходимое им количество пищи, поэтому, когда ребенок отказывается доедать порцию до конца, не заставляйте его делать это.

Родители всегда обязаны помнить, что ребенок в несколько раз меньше взрослого, поэтому ему требуется меньше еды. Детские порции должны быть небольшими, но при этом включать в себя все белки, жиры и углеводы, а также витамины, которые необходимы для нормальной жизнедеятельности организма малыша.

Иногда плохой аппетит ребенка проистекает не только из-за неправильного питания, но и вследствие отсутствия режима. Кормят его не в строго назначенное время, а когда придется, поэтому ему трудно сориентироваться во времени и настроиться на прием пищи. Например, ребенок только разыгрался или встал после сна, а его зовут за стол. Обратная ситуация — малыш захотел есть, а еще ничего не готово. Дети, вынужденные питаться не по режиму, становятся нервными, капризными, плохо спят,

причем иногда из-за того, что голодны, поэтому довольно скоро родители обращаются к специалистам, считая, что ребенок болеет, тогда как достаточно только ввести и поддерживать в семье определенный режим дня, и уже через короткое время к очередному приему пищи ребенок станет испытывать чувство голода и, соответственно, у него появится аппетит.

Однажды ко мне обратились родители, которые утверждали, что их малыш практически ничего не ест за столом. В беседе выяснилось, что в этой семье принято, чтобы на столе всегда стояла ваза с различными сладостями: печеньем, конфетами, халвой. Все дело в том, что папа был ужасным сластолюбом, а по роду профессиональной деятельности он мог работать дома, то, соответственно, поэтому его любимые лакомства обязательно находились на видном месте. Дома же был и ребенок, за которым присматривала бабушка. Оказывается, малыш, подражая папе, постоянно жевал что-то сладкое в течение дня и сбивал себе тем самым аппетит. Да и добрая бабушка нередко угощала его то шоколадкой, то конфеткой. Именно поэтому за обедом или ужином он почти ни к чему не притрагивался. Я посоветовала родителям давать ребенку сладкое только в строго определенные режимом часы и вазу с печеньем и конфетами спрятать подальше. Конечно же, ради здоровья малыша пришлось пожертвовать привычками и его отцу, однако родители решили строго придерживаться данных мной рекомендаций. Взрослые поговорили с бабушкой и взяли с нее слово, что она будет угощать внука только за завтраком или обедом, а сладости убрали в запираемый на ключ буфет. В первые дни родителям пришлось выдержать настоящую атаку со стороны ребенка, который капризничал и требовал лакомства. Где лаской, а где и строгостью родителям удалось убедить малыша, что отныне он будет получать свою долю конфет и печенья только после основных приемов пищи. Вскоре у ребенка нормализовался аппетит, что положительно сказалось на его физическом самочувствии и настроении.

Мой совет благоприятно подействовал и на отца малыша. Поскольку он уже не мог свободно лакомиться на глазах у ребенка, он стал это делать тайком и в гораздо меньших количествах. Это не могло не отразиться на его фигуре, поскольку ему пришлось отказаться от львиной доли сладких и мучных изделий.

Нередко плохой аппетит появляется у слишком впечатлительных детей под влиянием услышанных ими от сверстников или от взрослых различных страшных рассказов.

Так, в моей практике был случай, когда ко мне привели пятилетнюю девочку, у которой никогда не было проблем с аппетитом, и вдруг она стала плохо есть. Попытки родителей как-то повлиять на нее, заставить ее есть заканчивались, как правило, тем, что она начинала просто давиться пищей. Мы поиграли с девочкой в различные игры, и в процессе взаимодействия с ней я выяснила, что несколько дней назад в ее присутствии соседка рассказывала ее маме, как одна женщина подавилась рыбной косточкой и умерла. История была скорее всего вымышленной, поскольку в ней явно прослеживались преувеличения и выделялись вычурные подробности. Ничего удивительного, что восприимчивый ребенок стал испытывать страх при одном только взгляде сначала на рыбу, а затем и на пищу вообще. В результате нам с родителями пришлось немало потрудиться, чтобы восстановить у девочки прежний аппетит.

Постарайтесь заранее обезопасить себя от подобных ситуаций. Никому не позволяйте, а также и сами не рассказывайте при детях леденящие кровь истории, связанные с едой и с приемами пищи, ведь последствия этого могут быть самыми непредсказуемыми.

Случается и так, что ребенок начинает капризничать за столом после посещения детского садика. В большинстве случаев так происходит вследствие его природной наклонности имитировать детей и взрослых из своего окружения. Поэтому нет ничего удивительного в том, что в голосе вашего чада вы слышите совершенно несвойственные ему нотки.

Так, к примеру, одно время у меня жила дочка моих друзей, которые срочно уехали на месяц в командировку. Она прекрасно ела в первые дни проживания со мной, но однажды за ужином, вместо того чтобы есть свою порцию, стала ковырять вилкой в тарелке. Когда я спросила «В чем дело?» — девочка ответила, явно подражая кому-то из группы, что гарнир она есть не будет, а котлетку, так уж и быть, проглотит, а еще она возьмет сладости. Недолго думая, я просто выпроводила ее из-за стола, сказав, что мне нужно время на то, чтобы составить ей новое меню, куда бы входили конфеты, мороженое, пирожные, а она пусть денька два поголодает, поскольку раньше с ее заказом я просто не справлюсь.

Моя гостья минут десять раздумывала над сказанными мной словами, затем молча села и съела весь свой ужин без остатка. Видимо, девочка рассудила так: близятся выходные, и провести их на голодном пайке не очень уж здорово, тем более что вообще неясно, когда будет готово это новое меню. Больше проблем с питанием у нас с ней не возникало.

Другими словами, если вы видите, что ребенок отказывается есть не вследствие плохого самочувствия или каких-либо серьезных причин, а только из-за подражания кому-либо из группы, не бойтесь оставить его без обеда или ужина. Наверняка ваш малыш быстро поймет свою ошибку и постарается ее исправить.

Все намного серьезней, если нежелание есть связано с плохим самочувствием вашего малыша. Именно снижение или отсутствие аппетита нередко является первым признаком того или иного заболевания. Если вы и раньше замечали подобную особенность за ребенком, то ни в коем случае не заставляйте малыша есть в эти моменты. Известно, что в самом начале болезни организм усиленно борется с недугом, поэтому все силы должны быть направлены только на эту борьбу. Пищеварение, в свою очередь, также требует определенных затрат энергии, поэтому чем меньше ребенок будет принимать пищи, тем быстрее организм справится с болезнью. В такой ситуации давайте ему как можно больше жидкости, которая поможет вывести из организма все шлаки.

Во время самой болезни у детей аппетит снижен или вообще отсутствует. Конечно же, малышу и в этот период требуется питание, однако не старайтесь накормить его во что бы то ни стало. Порции не должны быть большими, а пища — жирной и трудно перевариваемой. Кроме того, когда малыш почувствует себя лучше, он наверняка сам попросит у вас что-нибудь поесть.

Следует упомянуть о таких нарушениях пищевого поведения, непосредственно связанных с аппетитом, как анорексия, извращение аппетита и руминация.

Нервная анорексия характеризуется полным отказом ребенка от пищи. Любая попытка родителей накормить его заканчивается яростным протестом, а то и рвотой.

Наиболее часто это заболевание проявляется у девочек-подростков, однако может встречаться и в младшем возрасте. По мере развития заболевания вы можете заметить, что ребенок катастрофически теряет вес. И как вы ни убеждаете его в том, что есть все же необходимо, это ни к чему не приводит. Ребенок даже может делать вид, что усиленно ест, в то время как после еды он вызывает у себя рвоту, чтобы избавиться от съеденного.

Со временем одна только мысль о еде становится для него невыносимой, а упоминание о ней нередко вызывает рвоту. В результате в организме могут наступить такие изменения, а потеря веса станет столь значительной, что прием пищи будет невозможен не только по психологическим причинам, но и уже по физиологическим: объем желудка уменьшается, переваривание пищи замедляется, а приступы голода совершенно исчезают.

Анорексия — длительное и серьезное заболевание, и, чтобы его избежать или заметить на ранней стадии развития, родителям следует внимательно следить за своими детьми.

К сожалению, причины возникновения нервной анорексии до сих пор до конца не изучены. У подростков она нередко начинается с вполне осознанной диеты, направленной на снижение веса. У маленьких детей анорексия, как правило, бывает вызвана причинами психического характера. Возможно, не последнее место здесь занимают всевозможные страхи.

Вы можете заподозрить это заболевание у ребенка, когда заметите его странное поведение за столом. Малыш может излишне тщательно размельчать пищу, подолгу ковыряться в тарелке, припрятывать еду, тогда как до этого таких особенностей у него не наблюдалось. Иногда у страдающего анорексией появляются странные гастрономические предпочтения. Так, например, он не отказывается есть только одно-два блюда, в то время как раньше у него было значительно больше предпочтений. Кроме того, признаком нервной анорексии может быть резкая потеря веса. По мере уменьшения веса и усиления нарушения питания у малыша наблюдаются следующие симптомы: слабость, утомляемость, головокружение, запоры, иногда снижение артериального давления и резкое сердцебиение. Очень часто у таких детей понижается температура тела, они ощущают онемение в конечностях.

Лечение анорексии должно проводиться в двух направлениях: нужно позаботиться как о физическом, так и о психическом состоянии ребенка. С одной стороны, необходимо восстановить питание. С другой стороны, внушить ребенку, что он нужен окружающим, что его любят, что он имеет вполне привлекательную внешность, убедить его в том, что еда необходима каждому человеку, поскольку является источником жизненной энергии. А чтобы выздоровление протекало успешнее, малышу желательно хотя бы на время сменить привычную обстановку.

Извращение аппетита встречается редко и чаще всего у детей младше трех лет. В этом случае ребенок отказывается есть обычную пищу, предпочитая ей несъедобные предметы. Следует отметить, что к этому заболеванию чаще всего склонны малыши с задержкой умственного развития или какими-либо психическими отклонениями. Так, грудные дети предпочитают волосы, бумагу, шерсть, акварельные краски, а дети немного постарше с удовольствием потребляют песок, землю, фекалии животных, листья и т. д.



Если вы заметили, что ваш ребенок пробует на вкус различные несъедобные предметы, не следует сразу же думать, что он страдает извращением аппетита. Многие здоровые малыши нередко пробуют все на зубок, однако, поняв несъедобность той или иной вещи, быстро выплевывают ее. Но если ребенок интенсивно поедает несъедобные предметы, то следует обязательно показать его врачу. Как правило, дети сами «перерастают» извращение аппетита и постепенно — к возрасту 3—5 лет — начинают есть нормальную пищу.

По мнению специалистов, вплотную занимающихся данной проблемой, извращенный аппетит — это прежде всего расстройство поведения. Причины последнего до конца еще не изучены. Есть предположение, что данное заболевание возникает вследствие нарушения формирования поведенческих навыков или стресса. Поэтому в семье должна быть создана спокойная обстановка. Ребенок не должен чувствовать себя одиноким или покинутым. Но извращение аппетита может также возникнуть как реакция на недостаток в пищевом рационе неорганических веществ (к примеру, солей железа и цинка) или других жизненно необходимых микроэлементов.

Словом, для излечения ребенка необходимо определить и устранить причины происходящего. Если извращение аппетита появилось вследствие стресса, который испытывает ребенок по тем или иным причинам, необходимо устранить травмирующие обстоятельства. Вы также можете положительно повлиять на ребенка путем перестройки его поведения, поощряя желательное поведение и наказывая за отрицательные поступки. Этот метод, как правило, дает хорошие результаты.

Ко мне обратились родители двухгодовалого малыша с жалобой на то, что ребенок стал есть землю, песок. В беседе я выяснила, что в доме сложилась критическая обстановка, поскольку молодой паре приходится жить с родителями жены, которые не упускают случая упрекнуть зятя в его неумении достойно содержать семью. Отсюда возникают многочисленные скандалы, и, конечно же, их свидетелем

нередко становится ребенок. Я рекомендовала родителям малыша сменить обстановку и создать более спокойную атмосферу в семье. Кроме того, посоветовала все положительные поступки малыша, в том числе и употребление нормальной пищи, награждать похвалой и ласковым поглаживанием. При этом стремление малыша вновь попробовать землю или другие несъедобные предметы требовалось строго пресекать.

Довольно скоро ребенок избавился от дурной привычки, он понял, что, как только он тянет в рот землю, его начинают ругать, в остальных же случаях — ласкают и хвалят, поэтому уже через короткое время он полностью изменил свое поведение. Конечно же, результат не был бы таким быстрым, если бы родители не сменили место жительства, однако и перестройка поведения малыша принесла свои плоды.

Еще одной причиной отказа вашего ребенка от пищи может стать руминация, или так называемая жвачка. Это заболевание характеризуется вторичным пережевыванием, или пережевыванием возвращенной из желудка обратно в рот пищи. Если ваш ребенок постоянно отрыгивает в полость рта и затем частично заглатывает полупереваренную пищу вам необходимо обязательно показать его специалисту. К счастью, это заболевание встречается довольно редко и наблюдается у детей от 3 до 12 месяцев. Вы можете заподозрить руминацию у своего малыша, если он часто принимает одну и ту же позу: спина выгнута дугой, мышцы живота напряжены, голова откинута назад. После отрыгивания, как правило, часть пищи сплевывается или вытекает изо рта, а часть вновь пережевывается и проглатывается. Иногда жвачка проходит самостоятельно, но в большинстве случаев требует лечения.



Иногда причиной заболевания является незнание родителями, как, когда и сколько нужно кормить малыша. Некоторые матери слишком часто кормят ребенка и за один раз пытаются скормить ему огромные дозы молока.

Руминация также может быть вызвана недостаточной стимуляцией ребенка. Другими словами, если у вас нет тесного контакта с малышом, вы мало разговариваете и играете с ним, то у него не только нарушается формирование отношений с вами, но и возрастает риск данного заболевания.

Руминация может возникнуть и в качестве ответной реакции на стрессовую ситуацию в семье.

Жвачка страшна тем, что у ребенка нарушается нормальное питание. Он выглядит изнуренным, теряет в весе, капризничает от голода между моментами срыгивания. Кроме того, если не лечить заболевание, оно может привести к обезвоживанию организма, отставанию в развитии вследствие неправильного питания и даже к смерти.

Руминация очень трудно поддается лечению, поэтому больной ребенок в большинстве случаев нуждается в госпитализации. Если же лечение малыша проходит дома, вы должны составить его рацион таким образом, чтобы в нем содержалось большое количество белка, который необходим для поддержания процессов роста. Не забывайте, что малыш в этот период нуждается в вашей стимуляции, чтобы нормально развиваться как физически, так и психически. Вы должны укрепить отношения со своим ребенком, что наверняка благотворно скажется на его состоянии. Обязательно берите его на руки во время и сразу после кормления. Внимание, оказанное ребенку, поможет предотвратить срыгивание. Кроме того, обеспечьте малышу доброжелательную и спокойную атмосферу в семье. При этом во время лечения ребенок должен находиться под наблюдением педиатра.

СТОИТ ЛИ ДЕЛАТЬ ТРАГЕДИЮ ИЗ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК ПЛОХО ЕСТ?

Очень часто родители, не имея достаточной выдержки и желания отнестись к своему ребенку с должным вниманием, для скорейшего решения проблемы с его кормлением прибегают к силовым методам воздействия или к запугиванию. Учтите, действуя угрозами и наказаниями, вы можете нанести своему ребенку огромный вред. Из такого малыша в будущем может получиться нерешительный, запуганный человек, постоянно сомневающийся в собственных силах, боящийся лишний раз обратиться на себя внимание.

Наверное, у каждого взрослого человека с детства остается антипатия к некоторым продуктам, возникшая без, казалось бы, видимых причин. Попробуйте вспомнить, почему вы, к примеру, так не любите манную кашу или рассольник. Не исключено, что вам на ум придет картинка, как бабушка или мама в порыве желания во что бы то ни стало накормить свое чадо запихивают вам очередную ложку с этим блюдом, что и явилось результатом вашей нелюбви к нему. Иногда мы даже не можем вспомнить, из-за чего нам не нравится вкус того или иного блюда. Возможно, этого не вспомнят и ваши дети, однако они до конца своих дней могут сохранить неприязнь к каше, которой их так усиленно кормили в детстве.

Давайте попробуем избежать подобных плачевных последствий родительского рвения. Если ребенок ничего не съел за обедом, это еще не трагедия. Возможно, малыш просто не успел проголодаться или перехватил что-то перед едой.

Не настаивайте на том, чтобы он непременно поел, отодвиньте от него тарелку. За ужином он обязательно все съест.

Многие ученые приходят к выводу, что не следует насильно кормить малыша, даже грудного. Так, если настало время обычного кормления, а ваш младенец и не думает просыпаться, не будите его. Подождите, когда он сам откроет глазки и потребует от вас своей порции. В противном случае малыш спростонья съест намного меньше, чем обычно. В результате он не сможет ни нормально выспаться, ни получить достаточного количества еды, поэтому будет капризничать, и весь день у вас уйдет на то, чтобы его успокоить.

Другими словами, вы должны как можно быстрее избавиться от чувства, что, если малыш не станет вовремя съесть все то, что лежит перед ним на тарелке, он обязательно погибнет от дистрофии. Этого не произойдет, поскольку ребенок не так беспомощен и хрупок, как мы думаем. Уж если он по-настоящему испытывает голод, он найдет возможность попросить у вас поесть.



Так, к примеру, известные педагоги Никитины, у которых было семь детей, придерживались мнения, что ребенка ни в коем случае нельзя кормить насильно. Однажды один из ребят заболел. Он три дня ничего не ел, а родители не делали никаких попыток накормить его, только поили его водой. В результате детский организм смог преодолеть недуг. Ребенок же в первый раз принял немного пищи только на четвертый день болезни.

Как правило, на втором году жизни ребенок, который раньше съедал все, что лежало перед ним на тарелке, становится очень разборчивым. С одной стороны, это связано с тем, что ему требуется значительно больше времени, для того чтобы почувствовать себя голодным. С другой стороны, ребенок начинает ощущать себя личностью,

самостоятельным человеком, у которого есть право на свои предпочтения и выбор. В этот период вкусы малыша могут меняться чуть ли не каждую неделю. Сегодня он с удовольствием поглощает какое-либо блюдо, а завтра вообще на него не смотрит.

Задача родителей в этой ситуации — сохранять полное спокойствие и выдержку. Конечно же, вас может раздражать тот факт, что вы специально готовили для малыша то или иное блюдо, затрачивая на него средства и время, а он вдруг не захотел его есть, тогда как раньше подобных проблем не возникало. Просто ваш малыш исследует этот мир и хочет ощутить различные вкусы, поэтому он отказывается от известной ему пищи и требует чего-то нового.

Конечно же, довольно сложно готовить сразу несколько блюд на одно кормление. Этого, в общем-то, и не требуется, однако если вы хотите, чтобы ребенок хорошо ел, то постарайтесь сделать его рацион как можно разнообразнее.

Многие дети, переходя на взрослую пищу, начинают вдруг отказываться от молока. Не заставляйте ребенка во что бы то ни стало пить дневную норму этого ценного продукта, если он того не хочет. Иначе вы только внушите ему отвращение к молоку на всю оставшуюся жизнь. Подождите несколько дней. Если ребенок все равно продолжает отказываться от молока, не настаивайте, а попробуйте заменить его чем-то равноценным. Малышу могут понравиться такие продукты, как кефир, сыр, творог. Со временем при вашем правильном поведении ребенок вновь попросит молока, и отворачивания к этому напитку не возникнет. Это же касается и других продуктов.



Если ребенок активно отказывается от каких-то блюд, не заставляйте его есть, а возьмите, как говорится, тайм-аут. Через какое-то время малыш, скорее всего, вернется к старым предпочтениям.

Многие родители боятся в питании положиться исключительно на вкусы своего ребенка, считая, что тот недостаточно зрел, чтобы выбрать необходимую ему пищу. Это далеко не так. Как правило, дети и без помощи взрослых способны составить себе рацион, который удовлетворял бы все потребности растущего организма. Это в полной мере доказано известным педиатром Кларой Дэвис, которая решила выяснить, каким окажется рацион детей, если они в питании будут руководствоваться своими предпочтениями, если им будет предоставлен широкий выбор разнообразных блюд.

Для эксперимента она отобрала троих детей в возрасте от восьми до десяти месяцев, которые ничего не пробовали, кроме грудного молока, поэтому у них не было никаких пристрастий в еде. Во время кормления перед детьми выставлялись шесть-восемь тарелок с простой здоровой пищей: овощи, фрукты, каши, мясо, черный хлеб, молоко и т. д. Малышам оказывали помощь только тогда, когда было ясно, чего они хотят попробовать. Так, к примеру, когда ребенок пробовал рукой захватить что-то с тарелки, ему давали чайную ложечку этого блюда.

В результате эксперимента было выявлено несколько очень важных обстоятельств. Так, малыши, которым предоставили выбор различной пищи, отлично развивались. Иными словами, ни один из них не стал страдать от ожирения или дистрофии. Более того, рацион такого ребенка за определенный период времени включил в себя все необходимые для растущего организма жиры, белки, углеводы и микроэлементы. Могло показаться, что малыш питается в соответствии с точными научными рекомендациями.

И последнее. Клара Дэвис столкнулась с тем обстоятельством, что предпочтения детей в пище постоянно менялись. Так, к примеру, малыш мог несколько дней жить исключительно на кашах, затем приступал к интенсивному употреблению мясных продуктов, потом переключался на овощи. Другими словами, ребенок интуитивно точно определял, каких веществ ему не хватало на данный момент, и активно поглощал пищу, в которой они содержались в больших количествах.

А потому, уважаемые родители, доверяйте своему малышу.

Если ваш ребенок в какой-то прием пищи отказался от каши, однако съел двойную, а то и тройную порцию овощного салата, не делайте из этого трагедии, значит, ему просто жизненно необходимы на данный момент вещества, которые содержатся именно в салате. Возможно, вам будет трудно смириться с этим обстоятельством, поскольку покажется, что малыш не наелся. Однако ради здоровья ребенка, причем как физического, так и психологического, придется несколько пересмотреть свои взгляды на питание.

Как известно, человек обладает интуитивными знаниями о том, что ему полезно. Именно поэтому внимательнее прислушивайтесь к своему ребенку.

При этом родителям очень важно знать, из чего складывается здоровая пища. Так, к примеру, если вы станете кормить своего малыша исключительно сладостями, руководствуясь его желаниями, которые еще в раннем детстве искажаются из-за частого предложения ему конфет, то едва ли это пойдет ему на пользу.

Ко мне на прием однажды пришла женщина, мать пятилетней девочки, которая жаловалась, что ее дочь практически не ест блюда, в которые не добавлен сахар. Прежде чем она съедала несколько ложек каши или супа, родителям приходилось выставлять на стол массу сладостей или заранее готовить блюда со сладким вкусом. Иногда доходило до того, что она требовала подсластить ей борщ. Малышка в семье была единственной и долгожданной, поэтому все ее прихоти выполнялись беспрекословно.

Маленькая тиранша всю использовала родительскую любовь, поэтому регулярно объедалась конфетами, шоколадками и печеньем. Конечно же, подобное обстоятельство не могло не сказаться на ее фигуре. До избыточного веса еще дело не дошло, однако девочка выглядела достаточно упитанной. Безусловно, прежде

всего требовались серьезные изменения в поведении родителей. Я посоветовала матери немного строже относиться к своей дочери: если она отказывается есть без должного, по ее мнению, вознаграждения, не настаивать, а просто убрать тарелку до следующего кормления, исключив по возможности различные перекусы между приемами пищи. Кроме того, родителям следовало поработать с характером дочери, попытаться привить ей объективную самооценку. Но навсегда избавиться от капризов ребенка родители смогли только тогда, когда девочку на какое-то время пришлось оставить многодетной родственнице. Здесь никто не потакал ее желаниям, поэтому она довольно скоро привыкла строить нормальные взаимоотношения с окружающими. Поэтому, когда родители вернулись, они не узнали своего чада, забывшего о всех своих былых замашках.

Некоторые родители сталкиваются с такой проблемой, как игра за столом. Малыш, едва научившись действовать ложкой, вдруг начинает мало есть, большую часть времени посвящая игре с едой, с ложкой, чашкой и другими столовыми приборами. Так происходит прежде всего оттого, что он уже не настолько голоден, как в самом начале кормления.

Однажды ко мне обратилась мать двухлетнего мальчика, которая жаловалась, что каждое кормление заканчивается тем, что ребенок убегает от нее, а она с тарелкой и ложкой ходит за ним, в подходящий момент скармливая ему очередную порцию пищи. В процессе беседы выяснилось, что сначала малыш ест самостоятельно, по мере насыщения он начинает играть лежащими на столе предметами, а затем вообще встает на стульчик или выбегает из-за стола. Я посоветовала матери прекращать кормить ребенка и вообще убирать пищу со стола, как только он начинает баловаться. Значит, в этот момент он частично или полностью утолил голод, поэтому не следует кормить его насильно.

Как только ребенок перестает обращать внимание на еду, стоящую перед ним, можно считать, что поел он достаточно. Несмотря на некоторое несогласие, с моими рекомендациями (мать считала, что малыш должен обязательно съесть всю порцию без остатка), родители мальчика все же стали убирать тарелку с пищей, как только он начинал играть за столом и вертеться. В результате ребенок довольно скоро понял, что при первых признаках баловства еду отбирают, поэтому стал лучше есть. Кроме того, у мальчика появилась возможность самому устанавливать объем порции, необходимый ему для насыщения, поэтому к следующему кормлению он успевал проголодаться настолько, что у родителей все меньше и меньше возникало проблем с его аппетитом.

Если ваш малыш начинает капризничать, требуя тарелку с едой обратно, когда вы ее убираете со стола, дайте ему еще одну возможность поесть. Главное в этом случае — сохранять терпение и выдержку. Спокойно объясните ему, что пищей играть не следует, для этого существуют игрушки. Когда ребенок опять отвернется от тарелки, уберите оставшееся и постарайтесь переключить его внимание на что-то другое.

Приучайте ребенка к тому, что, как только он насыщается, еда тут же убирается до следующего приема пищи. Не следует докармливать его позже, поскольку так вы только перебиваете ему аппетит.

Если малыш сначала отказался от еды, а затем очень сильно проголодался, покормите его немного раньше установленного времени. Наверняка он с удовольствием съест все, что вы ему предложите. Если ребенок снова оставляет пищу на тарелке, зна-

чит, ему вполне достаточно уже съеденного. А вам следует пересмотреть детские порции. Возможно, вы накладываете ему слишком большое количество пищи для одного приема, и только из-за этого у вас возникают различные проблемы, связанные с питанием ребенка.

С раннего детства дайте ребенку возможность выбирать рацион питания и самостоятельно решать, какое количество еды ему необходимо. При этом старайтесь исключать продукты не только бесполезные, но даже вредные для растущего организма, особенно в больших количествах. Тогда ваш малыш без ошибок сам сможет правильно составить свой рацион и получать все необходимые для жизнедеятельности вещества.

КАК СДЕЛАТЬ ИНТЕРЕСНЫМ ПРОЦЕСС ПОГЛОЩЕНИЯ ПИЩИ

Иногда в жизни случаются ситуации, когда ребенок по неизвестным причинам плохо ест. У некоторых детей временами возникает такое отвращение к пище, что они вообще ничего не едят в течение дня. Подобная «диета» может даже привести к голодному обмороку. В такой ситуации обязательно надо как-то воздействовать на малыша, к примеру, сделать прием пищи более привлекательным и интересным.

В процессе кормления вы можете поиграть с ребенком, используя различные потешки или небольшие сказочки. Так, к примеру, если у вас двое детей с небольшой разницей в возрасте, расскажите им сказку, в которой будут действовать два героя, соперничающие между собою во время приема пищи, например про двух обезьянок.

«На одном зеленом острове жили две обезьянки. Буря, обрушившаяся на остров, унесла родителей обезьянок в открытое море, и они остались одни. Когда обезьянки проголодались, они долго прыгали по деревьям, пока не нашли пальму, на которой росли вкусные и ароматные бананы. Обезьянки набросились на бананы. «Ам», — сказала одна обезьянка. «Ам», — вторила ей другая. Ну-ка, какая обезьянка съест больше бананов? (Вы должны в этот момент ловко отправлять порции пищи в рот малышам или следить, чтобы те ели самостоятельно.) Наконец обезьянки наелись и подумали, что жизнь прекрасна, поэтому можно в свое удовольствие порезвиться и поиграть».

Сюжет сказки может развиваться от кормления к кормлению. Главные герои будут попадать в самые невероятные ситуации и, главное, с честью из них выходить. Ребенок, увлеченный сказкой, наверняка будет машинально отправлять в рот ложку за ложкой.

Но у данного метода есть и свои недостатки: малыш отвлекается от самого приема пищи. Заворожено слушая истории, ребенок просто не в состоянии полностью ощутить вкус еды, что в какой-то мере мешает процессу пищеварения.

Как вы заметили, в сказке использовался элемент соперничества. Ребенок, стараясь опередить соотрапезника и получить заслуженную похвалу, стремится как можно быстрее справиться со своей порцией. Конечно же, это существенно помогает при кормлении, когда в семье растут два-три малыша. А что делать, если ребенок единственный? В таком случае вы можете пригласить к столу друзей своего малыша или кого-нибудь из домочадцев. К тому же совместный прием пищи уже сам по себе привлекателен для ребенка, поскольку позволяет лишний раз пообщаться с друзьями.

Хорошие результаты дает использование в процессе кормления кукольного театра. Не торопитесь приобретать много кукол, достаточно всего одной, которая будет разговаривать с малышом, разыгрывать различные сценки и даже кормить. Как правило, малыш, привыкая не слушать родителей (вследствие их неправильного подхода к воспитанию), с удовольствием выполняет все рекомендации того или иного сказочного героя. Главное, чтобы тот, кто исполняет роль кукловода, хорошенько прятался за столом или за ширмой и кукла появлялась только тогда, когда ребенок садится за стол. В остальное время ее следует тщательно прятать. Иначе малыш может испытать стресс, обнаружив в один прекрасный момент вместо живой куклы, к которой он привык, голову любимого героя с куском ткани.

Когда ребенок подрастет и приемы пищи не будут вызывать у него отвращения, кукольные представления во время еды можно прекратить, сказав, что главный герой ушел к другим малышам, которым нужна помощь, так как убедился в умении Сашеньки или Настеньки есть самостоятельно.

В использовании кукол для формирования у ребенка стойкого интереса к приему пищи, как и во всем, следует соблюдать меру.

Нередко можно встретить ситуацию, когда собирается вся семья, чтобы накормить малыша. Мама, к примеру, подносит ко рту ребенка полную ложку, папа, бабушка и дедушка разыгрывают настоящие кукольные представления, лишь бы малыш в какой-то момент засмотрелся и потерял бдительность, а мама сумела отправить ему в рот очередную ложку. Безусловно, подобные мероприятия, да еще и три-четыре раза в день, довольно утомительны. Не лучше ли дать ребенку проголодаться и позволить ему выбрать, что он хочет съесть, нежели затрачивать столько сил и времени на одно только кормление?



Театральных кукол превосходно заменяют и обычные игрушки. За стол вместе с ребенком можно посадить его любимую игрушку — плюшевого мишку или куклу.

Процесс кормления в этом случае строится двумя способами. Перед игрушкой ставится пустая тарелка, и либо малыш сам пытается «накормить» своего любимца, либо вы подносите ложку по очереди то ребенку, то игрушке. Обязательно хвалите предлагаемое малышу блюдо, убеждайте его в том, что, к примеру, мишке каша очень понравилась, поэтому он просит у вас добавки. Хвалите и ребенка, если он проявляет самостоятельность и сам пытается есть или угощать игрушку. С детьми постарше вы можете придумать забавные названия для каждого блюда.

В кормлении ребенка очень важен личный пример родителей. Если у вас в семье существует традиция на каждый обед, завтрак и ужин собираться всей семьей, не лишайте малыша удовольствия посидеть и поесть вместе со всеми. Видя, как взрослые с удовольствием, нахваливая хозяйку, едят, он наверняка потянется к ложке. С другой стороны, никогда не показывайте при нем свое недовольство тем или иным блюдом. Наблюдая брезгливое выражение лица своего отца или матери, малыш очень скоро станет им подражать, поэтому не следует удивляться, если он в один прекрасный момент откажется есть то, что вызвало негативную реакцию родителей.

Другими словами, если хотите, чтобы ребенок хорошо ел и не имел резкого отвращения к тому или иному блюду, вы прежде всего должны следить за своим настроением и отношением к еде вообще и тому или иному блюду в частности. Только тогда вы сможете выработать у малыша адекватную реакцию на любую здоровую пищу.

Большое значение имеет эстетическое оформление пищи. Если кушанье подается на красивой тарелке, украшенным, да еще и источающим удивительно вкусный аромат, то, даже не имея должного аппетита, малыш, несомненно, с удовольствием съест все предложенное. А вот непривлекательный вид пищи, отталкивающая, а тем более грязная посуда могут раз и навсегда вызвать у ребенка отвращение к той или иной еде. Поэтому каждый прием пищи должен быть праздником не только для желудка, но и для глаз.

Предложите своему малышу самому накрыть на стол: красиво свернуть салфетки, правильно разложить приборы. Более того, вы можете вместе с малышом устроить для своих домочадцев настоящий сюрприз, сделав из бумаги в стиле оригами различные фигурки, конфетницы и вазочки, вырезав из цветной бумаги всевозможные салфетки и используя все это для украшения стола. Наверняка все эти приготовления помогут малышу настроиться на предстоящий прием пищи, поднимут у него настроение и позволят почувствовать свою значимость, ведь он, как взрослый, участвует в общем деле. Несомненно, вы не сможете делать подобные праздники каждый день, однако воспоминания о данном событии еще долго сохранятся в памяти вашего ребенка, и аппетит у него значительно улучшится.

Уже с полуторалетнего возраста дети вполне способны внести свою посильную лепту в подготовку стола к приему пищи, перенося из серванта небьющиеся предметы и неострые приборы.

Обязательно хвалите своего малыша за помощь, которую он вам оказывает. Тогда любой прием пищи будет окрашен для него в светлые, радужные тона. Кроме того, если малыш будет чувствовать со стороны взрослых уважение и поддержку, к нему будут относиться как к взрослому, у него быстро пропадет желание капризничать. Тем более что у ребенка с нормальной самооценкой и самоуважением, как правило, не бывает проблем, связанных с приемом пищи.

Наверное, с детства всем известен лозунг: «Когда я ем — я глух и нем!» В какой-то мере он удобен, поскольку исключает возможность подавиться во время разговора при приеме пищи. Однако следует отметить, что наши предки придерживались совершенно иного мнения. Прием пищи был для них лишним поводом для беседы. Это, с одной стороны, позволяло лишний раз пообщаться с родными и близкими, настроиться на доброжелательный лад, с другой — исключало всякую торопливость. За плавно текущей беседой неторопливо и тщательно пережевывалась пища. Возможно, именно поэтому у людей возникало меньше проблем с пищеварением, нежели сейчас, когда практически любой прием пищи осуществляется «на бегу».

Не торопите своего ребенка, не старайтесь как можно быстрее затолкнуть в него изрядное количество всевозможной пищи. Ваши совместные трапезы должны сопровождаться спокойной беседой. Таким образом ребенок положительно настроится на еду, ведь именно в это время он может узнать много интересного от своих родных и высказаться на равных со старшими представителями семейства. Будьте уверены, что подобные трапезы благотворно повлияют как на его пищеварение, так и на психику.



Для стимулирования интереса малыша к пище вы можете привлечь его к непосредственному приготовлению тех или иных блюд. Конечно же, вы едва ли сможете доверить ребенку какие-нибудь сложные операции на кухне, однако внести посильный вклад в это нелегкое дело он способен. Так, четырехлетний малыш может прекрасно вымыть картошку, слепить пирожок или вырезать формой печенье. Главное — похвалить его за усердие, даже если у него что-то не получилось, ведь главное не результат, а его стремление помочь вам и сама подготовка к приему пищи.

Безусловно, активное участие ребенка в приготовлении пищи может создать массу лишних проблем для матери или бабушки. Однако, если вы хотите, чтобы у малыша был прекрасный аппетит и он хорошо развивал-

ся, вам придется пойти на некоторые жертвы. Кроме того, с каждым днем у ребенка будет получаться все лучше и лучше, поэтому довольно скоро вы приобретете в его лице отличного помощника.

Таким образом, временные неудобства могут принести вполне действенные результаты: хороший аппетит малыша и его ускоренное развитие, поскольку операции на кухне требуют определенных усилий воли и умственных затрат.

Уже за столом, когда соберутся все представители семейства, обязательно обратите внимание присутствующих на то, что ребенок принимал участие в приготовлении того или иного блюда. Всеобщее удивление и похвала помогут ему почувствовать свою необходимость и значимость. Кроме того, под восхищенными взглядами родни он не сможет отказаться от кушанья, в приготовлении которого сам же и участвовал.

Давно замечено, что ребенок начинает есть значительно лучше, когда учится самостоятельно принимать пищу. Возможно, ему просто интересно овладевать новым предметом — ложкой, а также в какой-то мере приобщаться к миру взрослых. Безусловно, это не такое простое занятие, как может показаться взрослому, поэтому в первые дни после того, как малыш научится держать ложку, наверняка каждое кормление будет сопровождаться испачканной одеждой и кусочками пищи, разбросанными по всей комнате.

Наберитесь терпения, ведь от того, насколько быстро малыш научится есть самостоятельно, зависит и его стремление съесть всю предложенную пищу, и даже его умственное развитие.

Ребенок как можно раньше должен попробовать свои силы в этом деле, ведь чем быстрее он возьмет в руки ложку, чем быстрее он научится пользоваться данным прибором, тем меньше проблем у вас возникнет с кормлением. Да, вам волей-неволей придется столкнуться с определенными трудностями, но результаты оправдают ваши ожидания: аппетит малыша обязательно улучшится.

Как только ребенок научится самостоятельно съесть свое блюдо за 10—15 минут, вы должны вообще отказаться от того, чтобы кормить его с ложки. Иногда родители сами не позволяют малышу проявлять инициативу, страшась за чистоту в доме. И вот он достигает двухлетнего возраста и успевает привыкнуть к тому, что его кормят, а ему вдруг вручают ложку и требуют, чтобы он ел самостоятельно! Безусловно, такой поворот событий создает ему немало проблем. Малыш капризничает, не желает есть ложкой, теряет аппетит. В отношениях ребенка с родителями появляется напряженность. В большинстве случаев все заканчивается тем, что мать или отец не выдерживают и снова начинают кормить малыша с ложечки. Но это делать не стоит. Если вы по тем или иным причинам пропустили момент, когда ребенок сам потянулся к ложке, постарайтесь все же научить его пользоваться прибором. Возможно, сначала вам придется помогать ребенку донести ложку до рта. Постепенно у малыша будет получаться все лучше и лучше, и через какое-то время он сможет справиться с едой самостоятельно. В тот момент, когда ребенок пробует есть сам, родителям очень важно сохранять спокойствие, терпеливо направляя его руку, иначе резкими движениями или окриком вы невольно можете внушить малышу отвращение к той или иной пище.

Наверное, наиболее эффективный способ сохранить аппетит ребенка — внимательно относиться ко всем его желаниям, касающимся пищи, и не мешать ему определять, что он хочет. Даже если он отдает предпочтение



какому-либо одному блюду и совершенно не притрагивается к другому, не следует бить тревогу, скорее всего, его вкусы через какой-то промежуток времени изменятся. Ваша основная задача — обеспечить своему малышу разнообразное и полноценное питание.

Нередко родители просто не знают, что предпринять, когда малыш упрямо сжимает губы и отворачивается от предлагаемой ему пищи. Многие не выдерживают и переходят к насильственным методам, как правило приводящим к тому, что ребенок начинает испытывать отвращение к определенному виду пищи. А вслед за этим могут начаться и проблемы, связанные с психикой малыша, сто самооценкой.

Надеюсь, это издание поможет вам избежать подобных неприятностей, укажет приемлемый выход из любой сложной ситуации, так или иначе связанной с едой. Ваш малыш, безусловно, достоин большего, нежели постоянные угрозы и понукания, поэтому постарайтесь найти ключик к своему ребенку, что позволит вам не испытывать проблем с его кормлением, сохранит время и силы. Рекомендации, представленные в данной книге, помогут вам в первую очередь избавиться от лишних беспокойств, пересмотреть некоторые свои взгляды на процесс питания, а также найти те средства и способы, которые заинтересовали бы вашего малыша в приеме пищи, снизили или вообще исключили вероятность возникновения у него отвращения к тем или иным блюдам.

Глава 2. ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ

ПОЧЕМУ МАЛЫШ ПЛАЧЕТ?

Дорогие родители, давайте вначале разберемся, что же такое детский плач и чем он может быть вызван, потому что, только зная это, можно изменить поведение ребенка.

Поверьте, плач беспричинным не бывает. У грудных детей плач рефлекторно возникает из-за чувства голода, жажды, позывов к естественным отправлениям, желания спать. У детей более старшего возраста плач сигнализирует о любом неприятном, непереносимом чувстве, доходящем до состояния аффекта: остром беспокойстве, страхе, раздражении, печали, тоске.

Разнообразные функции плача — каприз, протест, просьба, требование, жалоба (обида), плач-сигнал, плач-разрядка — составляют сложную психологическую структуру, своеобразный язык.

Для постороннего слуха детский плач — неприятный раздражитель. Но мама всегда сумеет уловить в нем нотки, указывающие на то, что хочет ее малыш. Если же взрослые будут использовать любые средства, чтобы прекратить плач, они рискуют не просто увеличить дистанцию между собой и ребенком, но и воздвигнуть настоящую стену равнодушия и непонимания.

Однако есть дети, которые проливают слезы по каждому поводу: слыша крики и громкие голоса, испытывая физическую боль или вступая с кем-то в конфликт, сочувствуя любимым персонажам сказки или видя мертвую бабочку.

Плач — сильное психическое переживание, эмоциональная встряска, возникающая на фоне предшествующего возбуждения или заторможенности. Он может быть следствием разрядки напряжения, подобно дождю, проливающемуся из переполненной грозовой тучи. Облегчение, испытываемое после плача, в какой-то мере способствует улучшению настроения, служит средством регуляции эмоционального тона.

Часто плач возникает как способ привлечения внимания родителей, как своеобразная просьба помочь, вмешаться, разрешить ту или иную проблему. Ребенок таким образом жалуется на того, кто его обидел, на плохое самочувствие, боль, неспособность реализовать свои желания. В первые годы жизни плачем ребенок показывает, что он хочет есть, пить, справить нужду или что ему неудобно в мокрой одежде. Он еще не умеет говорить, поэтому выражает все свои желания через плач, привлекая внимание родителей. Но вот малыш научился произносить отдельные слова и, казалось бы, уже должен ими выражать свои желания, но он все равно плачет и капризничает, когда чего-то хочет. Это происходит рефлекторно, потому что в его подсознании заложена информация о таком способе исполнения желаний.

Бывает, что ребенок приучен быть спокойным и веселым лишь в присутствии взрослых. Он чувствует себя комфортно лишь в том случае, когда рядом кто-то находится, на него обращают внимание. Если малыш не находит себе занятия и испытывает потребность в непосредственном контакте с родителями, он может начать привлекать внимание взрослых слезами, хныканьем и жалобами. Конечно, общение очень много значит для ребенка, и правильно поступают те родители, которые уделяют этому достаточное внимание. Психологами доказано, что потребность в любви

является фундаментальной человеческой потребностью. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Чувствуя вашу заботу и внимание, ребенок приобретает так называемое «базовое доверие к миру». Он растет более спокойным, не боится оставаться один, умеет находить себе занятие. Если же базового доверия не формируется, то ребенок вынужден добиваться внимания взрослых слезами, криками, капризами, непослушанием и т. д.

Примерно на шестой неделе жизни по вечерам малыш начинает плакать, корчиться, проявлять признаки болезни. В то же время он чистый, выпил достаточно воды, ему не жарко... Это состояние называется вечерним беспокойством. Ребенок таким образом разряжает напряжение, накопленное за день. Считается, что это — последствие приспособления новорожденного к ритмам дня и ночи, которое исчезает примерно к третьему месяцу жизни.



Раздражительность и плаксивость может быть связана с тем, что у малыша начинают резаться зубки. Это очень болезненный процесс: десны набухают, чешутся и болят, сильно бежит слюна, поднимается температура.

Плач ребенка может быть вызван страхом перед незнакомыми ему людьми, который он не в состоянии выразить словами. Часто на улице или в транспорте мы слышим такие выражения: «Прекрати верещать, а то отдам тебя дяде!» или «Будешь тетю ножками пинать, она заберет тебя с собой!» На детей с чувствительной и ранимой психикой подобные предупреждения производят очень сильное впечатление, вызывают страх, а слова незнакомца «Давайте, давайте, я его/ее к себе заберу!» панический ужас от перспективы провести всю жизнь в обществе чужих людей. Ведь малыш принимает все сказанное за чистую монету. Такие угрозы могут развить у детей стойкое неприятие посторонних людей, и в дальнейшем свободно и непринужденно они будут чувствовать себя лишь в знакомой обстановке, в кругу родных и близких.

Слезы и капризы иногда являются следствием перегрузки малыша впечатлениями. Когда вы идете с ним в магазин, в зоопарк, в гости, гуляете в парке или катаетесь на каруселях, помните, что и большое скопление людей, и шум могут отрицательно

сказать на состоянии ребенка.

Случается, что малыш, когда не хочет ложиться спать, капризничает и плачет. Такой плач является чем-то вроде вредной привычки, отвыкнуть от которой надо постепенно.

Бывает, что ребенок плачет из-за того, что столкнулся с чем-то новым и непонятным. Он пока не в состоянии найти объяснения многим явлениям, поэтому они вызывают у него страх и — как следствие — слезы. Что-то новое и страшное малыш может увидеть не только в жизни, но и во сне: кошмар, приснившийся ребенку, также может стать причиной плача.

Когда ребенок заболевает и не может объяснить, что у него болит, он начинает плакать от боли, капризничать, отказывается есть, беспокойно спит.



Плач — естественная реакция, если малыш упал или ударился. Дети вообще очень серьезно воспринимают свои неудачи. Даже если ему не очень больно, он все равно сделает из этого целую трагедию, ведь ему важно, чтобы на него обратили внимание, посочувствовали и пожалели.

Нередки случаи, когда дети плачут во время посещения врача. Обычно малыши связывают белый халат с болью, уколами, неприятными ощущениями, когда их слушают или смотрят горлышко, и начинают капризничать, вплоть до истерики, упрямства, драться, отталкивают руки врача, не давая ему сделать осмотр.

Иногда дети не хотят надевать то, что им предлагают родители, — и опять капризы и слезы.

Не все ребята быстро привыкают к садику. Иногда для адаптации малыша к новой обстановке необходимо приложить очень много усилий и терпения. Ведь ребенок считает естественным, что с ним всегда должна быть мама. Попадая в новую обстановку и теряя из вида родителей, он путается и поэтому плачет.

Мальш может плакать, если его обидели другие дети. Например, толкнули или отобрали игрушку, книжку...

Плачем дети жалуются, когда у них что-нибудь не получается. Например, ребенок попытался самостоятельно надеть носочки. Но у него ничего не вышло. Тогда он начинает нервничать и плакать, призывая взрослых помочь ему.

Не все дети любят водные процедуры. Те, кому купание не по душе, выражают свое недовольство криками и плачем, устраивают «концерты», привлекая внимание не только родных и близких, но даже и соседей, которые с недоумением прислушиваются к громким крикам за стенкой и мучительно гадают, что же происходит с ребенком, если он так надрывно плачет.



Слезы могут быть результатом наказания. Нередко ребенок не видит связи между своим поступком и реакцией взрослых. В таком случае он воспринимает наказание как насилие со стороны родителей.

Особенно обидным кажется малышу наказание без причины, когда он знает, что действительно не виноват. Например, на прогулке кто-то толкнул его в грязь, естественно, он испачкался, испугался и расплакался. Придя домой, он ищет сочувствия у мамы, а она начинает на него кричать, потому что ей опять придется стирать его одежду. Она даже не попыталась разобраться в ситуации, не расспросила его о том, как все произошло. В результате дитя, зареванное и обиженное, стоит в углу, отбывая наказание.

Плачущий ребенок, находясь в состоянии аффекта, плохо воспринимает замечания, приказы, советы, поэтому воспитывать его бесполезно. Недопустимо также наказывать малыша, когда он плачет, так как он легко



может забыть, за что был наказан, да и само состояние плача по своей сути уже является для него наказанием.

Существует расхожее мнение, что детские слезы легко осушить. Действительно, у малышей до пяти лет продолжительность эмоционального возбуждения относительно невелика, но сила эмоций не уступает, а порой даже превосходит аналогичное состояние у взрослых. Горе ребенка по поводу пропажи любимого котенка не менее велико, чем горе взрослого, потерявшего близкого человека. А страх быть брошенным в раздевалке детского садика? Взрослым кажется, что 15 минут ничего не изменят, но малышу они могут показаться вечностью.

Переживания и эмоции требуют больших энергетических затрат, поэтому не перенасыщайте день малыша событиями, пусть даже и приятными. Это может привести к капризам, слезливости, расстройству сна и даже вызвать рвоту.

ЧТО ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

Нельзя вообще не обращать внимания на плач сына или дочери. Это может подорвать их доверие к взрослым. Но когда плач перешел в истерику, самое лучшее — не уделять ребенку повышенного внимания, а дать ему возможность выплеснуть нервное напряжение. В остальных случаях следует разобраться в причинах плача, что возможно только при доверительных отношениях между вами и вашим малышом.

Если ребенок плачет, выражая естественные потребности, это легко выяснить, предложив ему поесть или попить. Если он плачем сообщает, что у него мокрая пеленка или одежда, проверьте и смените их. Ребенок постарше плачем может проситься на горшок. Действовать в такой ситуации проще простого: посадите его на горшок и побудьте с ним, отвлеките разговором или покажите игрушку.

Если малыш плачет, потому что ему жарко или, наоборот, холодно, вы можете определить это по состоянию его кожи: кожа будет мокрой, потной, если ему жарко, и прохладной, пупырышками (гусиная кожа) — если малыш замерз. Выяснив причину, постарайтесь ее устранить.

Вообще ребенку нежелательно перегреваться, это для него страшнее холода. Не делайте из него неженку, не закутывайте его, превращая в капусту, это быстрее приведет к заболеваниям.

Если плаксивость и капризы являются следствием того, что у малыша болит животик, для устранения дискомфорта сделайте ему легкий массаж живота. Массаж выполняется по часовой стрелке, поглаживающими движениями. Следите, чтобы ваши руки были теплыми, для лучшего скольжения рук используйте детский крем. Если эффект отсутствует, выведите газы. Для этого положите малыша на левый бочок и сгибайте его ножки, прижимая их к животику. Можно использовать и другие методы — вставить газоотводную трубочку или, положив малыша на левый бок, сделать ему клизмочку теплой кипяченой водой.

При серьезном заболевании ни в коем случае не занимайтесь самолечением, ведь вы не знаете, чем болен ребенок. Вызовите участкового врача на дом. Первыми симптомами болезни, как правило, являются вялость, сонливость, отказ от еды. Обратите внимание на состояние кожных покровов, посмотрите горлышко, проверьте стул. Обязательно измерьте температуру тела.

Когда ребенок болен, у него снижается аппетит, поэтому не кормите его насильно. Еще один важный момент: если малыш не очень серьезно болен, не удерживайте его в постели. В связи с нежеланием лежать малыш может расплакаться, при этом энергии на слезы он затратит не меньше, чем на ходьбу.

Не одевайте его слишком тепло — перегрев очень опасен для детей, особенно когда они больны.

Нередко случается, что и после выздоровления нервное и плаксивое состояние ребенка сохраняется. Наберитесь терпения. Позаботьтесь о строгом соблюдении режима дня в соответствии с состоянием и возрастом ребенка: вовремя укладывайте его спать, правильно кормите и почаще бывайте с ним на свежем воздухе. Окружите ребенка заботой и лаской, ведь даже взрослый человек, когда болен, требует к себе повышенного внимания, постарайтесь отвлечь его от последствий, к которым привела болезнь (слабость, неуравновешенность).

Мальш плачет — он не хочет идти на прием к врачу. Отношения ребенка и врача складываются через родителей (это они приводят малыша на прием, объясняют причину прихода, симптомы заболевания). Именно родители должны подготовить ребенка к общению с врачом, объяснить, почему надо идти в поликлинику и как будет проходить этот визит.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка уколами и больницей. Этим вы можете на всю жизнь вселить в малыша страх и неприязнь к людям в белых халатах.

Ребенок капризничает, потому что не хочет ложиться спать. С первых дней жизни он привык к вашему постоянному присутствию, не хочет расставаться с вами и идти в постель. Ему необходимо, чтобы вы какое-то время побыли рядом. Сядьте на край кровати, расскажите ему какую-нибудь добрую историю, сказку, почитайте книжку или просто посмотрите с ним картинки. Можете тихонько спеть песенку или поговорить о прошедшем дне.

Расспросите его о том, что интересного с ним произошло, в доступной для него форме расскажите о своих делах. Любимая игрушка ребенка должна находиться рядом, чтобы он мог до нее дотянуться, ведь дети очень любят спать с игрушками. Все это позволит малышу спокойно завершить свой день и к тому же будет способствовать укреплению ваших отношений.

Со временем ребенок поймет, что, когда он спит, любящие родители его не покидают, они всегда рядом. Он успокоится, привыкнет и будет засыпать без капризов.



Иногда малыш, наоборот, капризничает потому, что хочет спать, но никак не может уснуть. Побаякайте его, приласкайте, сделайте расслабляющий массаж. Побудьте с ним, постарайтесь настроить его на сон.

Если ребенок отказывается есть, не кормите его насильно, не кричите на него. Запаситесь терпением. Скажите, что есть надо, чтобы вырасти большим и здоровым, например как папа; посадите на стол игрушку и «кормите» ее вместе с ребенком, чередуя — одну ложку кукле, другую — малышу; попросите ребенка съесть по ложке за каждого из членов семьи: за папу, за маму, за бабушку...

Ваш малыш не любит и не хочет купаться. Что же делать в такой ситуации? Постарайтесь объяснить ему, для чего это делается. Расскажите, как важно соблюдать чистоту тела. Вспомните сказку «Мойдодыр» про мальчика, от которого убежала вся одежда, потому что он был грязнулей.

Во время купания положите в ванну игрушки, которые можно мыть. Особенно интересны для ребенка заводные водоплавающие игрушки.



Попускайте вместе с малышом мыльные пузыри. *Самое* главное — вы должны находиться рядом, ни в коем случае не оставляя малыша одного в ванной, потому что он не только может испугаться воды, но и захлебнуться.

Иногда нежелание купаться связано с тем, что ребенок как-то раз испытал неприятные ощущения от попадания в глаза мыла или шампуня. У него сохраняется память об этом событии, поэтому он начинает плакать, когда его ведут в ванную. Используйте специальные моющие средства для детей, которые не вызовут раздражения при попадании в глаза.

Малыш упрямится и не хочет одеваться, начинает нервничать, плакать, раскидывать одежду. Выясните, почему он протестует. Может, он хочет надеть свою любимую вещь, позвольте, если это возможно, сделать ему выбор самому. Или, показав вещь, заинтересуйте каким-нибудь узором, скажите, что кофточка или штанишки красивые, теплые и удобные.

Иногда малышу не нравится одежда, потому что ему в ней неудобно, но он не может выразить это словами. Если вы идете гулять, а дитя возражает против теплой курточки, объясните, что на улице холодно, покажите, что вы тоже тепло одеваетесь. Но ни в коем случае не переходите на крик, не одевайте ребенка силой. Это отрицательно отразится на ваших дальнейших отношениях.



Малыш растет, развивается, учится, приобретает какие-то навыки. Когда у него что-то не получается, он может расплакаться, раскидать предметы, игрушки. Плачем в данном случае он призывает вас на помощь, так как сам не может справиться. Выясните, чего он хочет. Не кричите на ребенка, помогите ему, но не молча, а приговаривая: «Давай я тебе помогу. Я покажу тебе, как это сделать, а ты повторить» или «Давай сделаем вместе». Так вы установите более близкий контакт с малышом. Оказывая ребенку помощь, делайте только то, что он не может сделать сам

Ребенок не хочет идти в ясли или детский садик. Объясните ему, почему это необходимо. Постарайтесь внушить, что вы отдаете его в садик не для того, чтобы избавиться от него, не потому, что он вам надоел, вы устали или у вас есть более важные дела, а чтобы помочь ему интересней и насыщенной провести время.

Чтобы малыш быстрее адаптировался, нужны усилия и терпение. Ни в коем случае нельзя силой тащить ребенка в садик, кричать на него и пугать тем, что вы его не заберете домой, если он не перестанет плакать. Постарайтесь, чтобы пребывание в детском саду не стало для него психологической травмой, а, напротив, оказалось радостным событием. Для этого малыша следует подготовить к детскому саду.

Придя в садик, он уже должен уметь умываться, одеваться, садиться на горшок. Следовательно, заранее прививайте ему необходимые бытовые навыки, чтобы у него не было обидных проблем, связанных с неумением что-то делать самостоятельно.

Подробнее расскажите о детском садике, о том, чем он там будет заниматься. Обязательно скажите, что он уже большой и вы гордитесь им, ведь он может теперь ходить в садик, как вы — на работу. Постарайтесь убедить ребенка, что в садике сто не обидят. Пусть он возьмет с собой любимую игрушку, чтобы ему было спокойнее, так как кусочек дома и всего того, к чему он привык, находится с ним. Не уходите сразу же, как приведете малыша. Не спеша разденьте его и за руку проведите в группу, заинтересуйте его чем-нибудь, чтобы он захотел остаться.

Есть дети, которые очень долго не могут привыкнуть к садику, бояться туда ходить, сопротивляются, плачут. В группе они забиваются в угол, ни с кем не играют, избегают воспитателей. Поговорите с ребенком, чтобы установить причину происходящего: может быть, к нему плохо относятся воспитатели или обижают другие дети?

Как известно, дети любят подвижные игры, поэтому часто падают и пачкаются. За это их нельзя наказывать, т. к. физические занятия необходимы для полноценного развития детей. Представьте, что получится из ребенка, если он будет смирно сидеть на стульчике, лишившись привычной подвижности? У него может развиться мышечная слабость, он будет чаще болеть, отстанет от сверстников.

Если малыш упал, сильно стукнулся, содрал коленки, не кричите на него, он и без того напуган. Постарайтесь успокоить его, отвлечь, осторожно обработайте ранки. Объясните, что все это не так страшно и скоро заживет.

Малышу трудно усвоить большой объем информации. Поэтому, когда впечатления переполняют его, он начинает капризничать, плакать. В такой ситуации желательно поговорить с ребенком о том, что он узнал или увидел, выяснить, что ему не понравилось, а что заинтересовало. Если малышу что-то осталось непонятным, объясните ему это в доступной, доходчивой форме.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка. Потрясение, вызванное испугом, может пагубно сказаться на его психике, он может начать заикаться, подергиваться, будет бояться темноты, громких звуков, комнаты, в которой никого нет. Если малыш капризничает, плачет, ни в коем случае не путайте его волками, ведьмами и другими страшными персонажами, это может привести к развитию психических заболеваний.

Иногда малыш может расплакаться, потому что ему скучно. Попробуйте развеселить его. Предложите ему какое-нибудь занятие, займитесь с ним чем-нибудь, посмотрите книжку с картинками, поиграйте, в конце концов, просто поговорите. Не отмахивайтесь от ребенка, мотивируя это своей усталостью или занятостью, иначе вы рискуете потерять его доверие. Он может замкнуться в себе, затаить обиду.

Как было отмечено выше, есть дети, которые плачут явно больше других и, как кажется на первый взгляд, вообще без причины. Родители испытывают за них постоянную тревогу. Как же помочь таким детям?

Универсального рецепта, конечно, нет. Однако можно с уверенностью сказать, что чувствительность и ранимость являются признаками психического склада ребенка, свойствами его нервной системы. Изменить эти врожденные особенности по своему желанию нельзя. Не помогут, а скорее принесут отрицательный результат и такие средства воспитательного воздействия, как уговоры, упреки, наказания, крики, насмешки. Любые насильственные меры вызовут увеличение напряжения и волнения, еще больше ослабят нервную систему малыша, лишат сил и уверенности в себе.



Даже самые любящие родители не смогут оградить свое чадо от жизненных неприятностей, нельзя же все время держать ребенка под стеклянным колпаком. Поэтому самая простая тактика в общении с таким малышом — не раздражаться, слыша его плач. А лучшее средство для его успокоения — побыть с ним рядом. Дайте почувствовать, что вы всегда готовы прийти ему на помощь.

Чаще говорите ребенку, что он вам дорог, нужен, важен. Вы можете передать это не только словами, но и ласковым взглядом, жестом, прикосновением. Известный психолог Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день. По ее мнению, четыре объятия совершенно необходимы каждому для выживания.

Словом, самое главное, что требуется от родителей, — это терпение. Не забывайте, что высокая эмоциональная чувствительность тесно связана с отзывчивостью, добро-

той, сердечностью, готовностью прийти на помощь, встать на защиту слабого, а это очень ценные человеческие качества! Поэтому, как ни странно это звучит, прислушайтесь к детскому плачу, вникните в его смысл, а не пытайтесь как можно быстрее прервать его, осушить ребячьи слезы. Плач и слезы — язык детского общения, так не будьте глухи к нему лишь потому, что разучились говорить на нем сами.

Если ребенок боится посторонних людей, он выражает это при помощи слез. Мир ребенка в основном ограничен стенами дома, двориком или детским садом, поэтому появление незнакомого лица вызывает настороженность малыша. Если посторонний человек ведет себя безобидно с его точки зрения, например не трогает его игрушки, не хватается в охапку его родителей, настороженность постепенно проходит. В противном случае это может перерасти в панический страх и даже стойкую фобию. Если малыш боится чужих, он особенно остро нуждается в вашей поддержке, понимании, защите. Спокойная, доброжелательная семейная атмосфера поможет ребенку справиться со своим страхом,

Если ваш малыш плачет, не торопитесь вызывать врача или пичкать его таблетками и микстурами. Просто погладьте его по головке. Теплые мягкие руки матери делают чудеса: вот они погладили спинку, животик, грудку, чуть дольше задержались на лбу, и малыш успокоился. Потрясающий эффект, правда? Но в этом нет ничего необычного. С давних времен известно, что массаж имеет успокаивающий эффект, тем более если его делает мама. Она как бы передает малышу свое тепло, спокойствие, и он перестает плакать и капризничать. Проявив максимум терпения и внимания, в будущем вы будете вознаграждены за это здоровьем и благополучием своего ребенка.

МАМА + МАЛЫШ = ДРУЖБА

Как же завоевать доверие ребенка? Как вызвать его на откровенность? Родители очень часто задают себе этот вопрос, но иногда, к сожалению, слишком поздно, когда уже трудно вернуть потерянное доверие, уважение и авторитет.

Прежде всего не надо этого доверия терять. Ведь с первых же дней своего существования малыш видит в вас свою защиту. Так что не спешите нарушать физическое и эмоциональное единство между вами и ребенком. Улыбнитесь, поговорите с малышом, для него очень важно, что с ним общаются, имеет большое значение интонация, с которой вы произносите слова.

Вы избавитесь от множества проблем, если станете для него не только матерью, но и другом.

Ребенок способен ощутить и понять, любят ли его, радуются ли ему, относятся ли к нему с уважением или нет. Значит, мало говорить ему, что его любят, он должен находить этому подтверждение, чтобы не получилось так, что вы говорите ему о своей любви, а на самом деле он чувствует себя одиноким.

Ни в коем случае нельзя обманывать ребенка. Обман приводит к тому, что ребенок постепенно утрачивает доверие к взрослым. Например, если мама ушла в магазин, а папа говорит, что мама скоро вернется и принесет чего-нибудь сладенького, малыш начинает в ожидании бегать от окна к окну. А когда мама наконец-то приходит и не приносит обещанных отцом сладостей, у ребенка появляется разочарование, и от обиды он плачет. Если такое случается неоднократно, малыш перестанет доверять родителям.

Большое значение для ребенка имеет общение со сверстниками. И если малыш стесняется сам пойти на контакт с другими детьми, ему необходимо помочь. Малыша нужно представить детям по имени, спросить, во что они играют и не примут ли еще одного участника. Обычно среди ребят всегда найдется тот, кто возьмет новичка под свое покровительство, поможет ему освоиться в компании.

Но порой случается так, что сверстники могут обидеть малыша, придумать ему прозвище. После подобных инцидентов он замыкается в себе, предпочитая одиночество.

Возможно, что нелюдимым его сделал собственный проступок, вызвавший сильный эмоциональный стресс. Играя с детьми, малыш мог по неосторожности толкнуть своего товарища, попасть в него снежком... Вид крови и безутешные рыдания пострадавшего могли произвести сильнейшее воздействие на психику ребенка. В результате он отказывается от привычных игр, не общается с друзьями, не выходит на улицу, часами просиживая дома, и на все уговоры отвечает потоком слез. В этом случае нельзя уговаривать его или ругаться. Нужно помочь ему восстановить душевное равновесие, поговорив с ним, объяснив ситуацию так, чтобы у него пропал комплекс вины.

Занятость современных взрослых — один из признаков нашего времени. Водители занимаются решением своих проблем: карьерой, финансами, личной жизнью, — предоставляя ребенка самому себе, ограничивая взаимоотношения с ним исключительно вопросами ухода. Недостаток родительской любви и внимания приводит к тому, что малыш замыкается в себе, становится одиноким рядом с близкими людьми. А детское одиночество — очень страшная вещь. А если ребенка воспитывает мать-одиночка, вопрос о полноценном развитии малыша стоит еще более остро.

Решение иметь ребенка связано с принятием взрослыми ответственности за его судьбу.

Чтобы понять свое дитя, изменить его поведение, наладить контакт или вернуть потерянное доверие, вы прежде всего должны изменить себя. Откройте глаза. Ведь вы привыкли все ему запрещать и требовать безоговорочного подчинения. Это удобно для вас. Но постарайтесь понять, что у ребенка есть свое «я», собственные дела, стремления, потребности. Осознав это, вы сможете трезво оценить ваши с ним отношения.

Проанализируйте свое поведение, свое отношение к малышу, каждый жест, слово, действие, поставьте себя на его место, и это позволит вам наладить взаимопонимание с ребенком. Важно понять, что воспитание — это сотрудничество, взаимодействие, взаимовлияние, взаимообогащение (эмоциональное, нравственное, духовное, интеллектуальное).

Чтобы добиться успехов в воспитании ребенка, родители непременно должны корректировать свое поведение, не подавать дурных примеров. Если же вы хотите добиться от малыша беспрекословного выполнения ваших требований, которым при этом вы не следуете сами, то это возможно только через меры принуждения: ребенок будет выполнять требования формально, из-за страха перед наказанием. Этот страх в конечном счете будет порождать обман, лицемерие, хитрость...

Понимаем ли мы своих детей? Понять человека — значит увидеть причины его поступков, мотивы, побудившие его действовать определенным образом. Чтобы научиться понимать ребенка, необходимо перестать предъявлять к нему завышенные требования, которые он просто не в состоянии выполнять.

Объяснить поведение ребенка можно, проанализировав, в каких условиях он развивается. Если на малыша постоянно кричат, применяют физические наказания, у него скорее всего возникнет потребность избегать подобных потрясений и, как следствие, появятся такие отрицательные черты, как пугливость, недоверчивость, лживость, агрессивность...

Если малыш не приучен трудиться, за него все выполняют взрослые, он становится ленивым, безвольным, избегает любых дел, а для этого — притворяется, заискивает, ловчит, обманывает.



Если ребенка чрезмерно баловать: покупать дорогие вещи и игрушки, ни в чем ему не отказывать, у него могут развиться непомерные притязания, но вместе с тем и неумение беречь вещи, ценить вложенный в них труд.

Если вы не читали малышу книжек, мало общались с ним, у него будут слабо развиваться интеллект, мышление, способность сопереживать. Интеллектуальные задатки закладываются в детстве, поэтому прививайте ребенку любовь к книгам, но не заставляйте его читать насильно — получите обратный, отрицательный эффект.

С раннего возраста развивайте у детей внимательность, наблюдательность и воображение. Для этого учите описывать различные предметы, рассказывать об их назначении.

Иногда родители очень ревностно занимаются образованием ребенка: нанимают репетиторов, отдают в престижные садики и учебные заведения со специальными уклонами, музыкальные и танцевальные школы и т. д. Но при этом почему-то забывают получить согласие малыша. Между тем взрослым необходимо помнить, что только некоторые дети занимаются пением, танцами, музыкой с удовольствием.

Не загружайте малыша тем, что ему неинтересно. Попробуйте выяснить его пристрастия и подобрать соответствующее занятие. Предоставьте ему право выбора, право решать самому, чем ему заниматься.

Для развития у малыша чувства любви, сострадания можно завести какое-нибудь домашнее животное. Он с гордостью будет всем сообщать, что у него есть хомячок или котенок. Покажите ребенку, как правильно за ним ухаживать, чем кормить, как вооб-

це нужно обращаться с ним. Если вы заметили, что он обижает зверька, объясните, что он живой и ему больно. Расскажите, что зверек лишился родителей, ему очень одиноко, и необходимо, чтобы о нем кто-нибудь позаботился.



Приучите малыша заботиться о домашнем питомце. Это воспитает в нем не только любовь к природе и животным, но и поможет осознать свою значимость, нужность для кого-то, избавит от чувства одиночества. К тому же ребенок другими глазами посмотрит на ваши с ним отношения, что будет способствовать их укреплению.

Поймите, то, чем занят малыш, необычайно важно для него, даже если вам кажется, что это не так. Приведу пример из своей практики.

Ко мне на прием пришла молодая мама и рассказала: «Однажды ко мне подошел сын и попросил с ним поиграть. Я в это время смотрела интересную передачу и объяснила малышу, что сейчас занята, а поиграю с ним позже. Через некоторое время, зайдя к ребенку в комнату, я увидела, что он засовывает под кровать игрушку, потом достает ее и снова засовывает. Я позвала ребенка обедать и в ответ услышала: «Я сейчас занят, приду попозже». Подобное повторялось неоднократно.

Женщина не знала, как на это реагировать. Я объяснила молодой маме, что ребенок во всем подражает ей, и, на его взгляд, то, чем он занимается, не менее важно, чем мамины дела. Поэтому ему непонятно, почему мама возмущается. Ведь он ждал, пока она освободится. Так почему же она не хочет подождать?

Чтобы ребенок понял, что такое забота и уважение, ему самому иногда необходимо о ком-то позаботиться. Например, вы пришли с работы, устали, у вас сильно болит голова, на работе неприятности. Малыш пытливо на вас посматривает, недоумевая, почему вы в таком состоянии. Попросите его принести вам попить. Расскажите ему, не вдаваясь в подробности, что вас обидели на работе, дайте малышу проявить сочувствие, пусть он вас пожалеет. Так он поймет, что вы нуждаетесь в нем, не можете без него.

Если вы заметили у своего малыша склонность ко лжи, постарайтесь найти причину. Нередко ложь возникает из-за страха наказания, поэтому не наказывайте ребенка слишком строго, тем более избегайте телесных наказаний. Выясните, почему ребенок солгал, вникните в его проблему. Может быть, поговорив с ним, вы избавите его не только от страха и следующей за ним лжи, но и от других комплексов.

Считайтесь с желаниями малыша (разумными, конечно!). Ведь самовыражение — главная потребность человеческой природы.

Разрешайте малышу участвовать в ваших занятиях независимо от того, что вы делаете, — моете пол или готовите завтрак. Ему очень важно ощущать, что ему доверяют.

Не поручайте малышу что-то сложное, с чем он не в состоянии справиться. Дайте ему задание, которое он сможет выполнить: вымыть за собой чашку, протереть пыль со стола, сложить свои игрушки. Скажите ему, что он молодец, что он вам очень помог и без него вы бы не справились.

Ни в коем случае не кричите, если малыш пытается сделать то, что ему не по силам. Лучше помогите ему, похвалив за проявленную инициативу.



Если вы, например, решили себе что-то сшить, а рядом крутится с куклой дочурка, привлеките ее к своему занятию. Дайте обрезки ткани, пусть она тоже что-то делает.



Или другая ситуация: папа мастерит полочку, рядом бегают сынишка, хватая инструменты, гвозди, «путается» под ногами. Не прогоняйте его, не бойтесь, что он ударит молотком по пальцам или уронит инструмент на ногу. Дайте ему такое задание, чтобы оно было интересным, но безопасным, и вы увидите, как сын с гордостью будет всем рассказывать, что он вместе с папой сделал полку.

Привлечение ребенка к каким-то делам не только приучает его к труду, но и сближает с родителями. Такой ребенок будет с уважением и пониманием относиться к родителям и к тому, что они делают.

На отношения взрослых и ребенка благоприятно влияют совместные игры, которые следует организовывать таким образом, чтобы они способствовали разностороннему и гармоничному развитию малыша.

Чаще гуляйте с ребенком. Побегайте с ним, поиграйте в какие-нибудь игры, поваляйтесь в снегу или покидайте в цель снежки. Совместные прогулки не только подни-

мают настроение, способствуют физическому развитию ребенка, но и укрепляют взаимоотношения в семье. Вам, наверное, не раз приходилось видеть, как малыш, крепко держась за руки папы и мамы, с гордостью вышагивает по улице.

Чтобы между вами и ребенком существовали взаимопонимание и доверие, вы должны подарить малышу любовь и внимание, с раннего детства приучать его к труду, воспитывать уважение к взрослым, учить ценить дружбу.

Постарайтесь стать своему ребенку настоящим другом, не отмахивайтесь от его детских проблем, и тогда вы увидите его сияющие глаза и поймете, что для него вы не только предмет обожания и преклонения, надежная защита и опора, но и самый верный и надежный друг.

Глава 3. ЕСЛИ МАЛЫШ БОИТСЯ

ДЕТСКИЕ СТРАХИ

Что такое детские страхи: повод для серьезного беспокойства или просто детские капризы, выдумки детей в попытке обратить на себя внимание взрослых?

На этот вопрос нам и предстоит ответить. И давайте попробуем отнестись к проблеме серьезно: понять причины детских страхов — значит помочь нашим детям избавиться от них.

Большинство взрослых, как это ни странно, считает детские страхи выдумками малышей, их капризами и не уделяет им должного внимания. «Не выдумывай! — говорит ребенку рационально мыслящий отец. — Никаких Бармалеев в природе не существует, поэтому немедленно ложись спать и закрывай глаза!»

И неудивительно, что после таких слов страх у ребенка не только не исчезает, но и усиливается, а постоянное ожидание того, что сейчас в комнате появится злой Бармалей, может привести к хроническому нарушению сна и даже к неврозам.

В каком возрасте возникают детские страхи и чего боится малыш?

Не стоит воспринимать ребенка как игрушку или как ничего не смыслящее существо. Уже в четыре месяца малыш эмоционально отзывается на присутствие или отсутствие близких ему людей. В семь месяцев он чутко реагирует на уход матери, начинает беспокоиться, испытывает... страх. Да-да, именно страх, СТРАХ ПЕРЕД ОДИНОЧЕСТВОМ! Рядом с матерью ребенок чувствует поддержку, он знает, что она защитит его, теплые руки и ласковый голос матери внушают уверенность, а ее отсутствие становится травмирующим фактором. И если мать не сможет должным образом отреагировать на такое проявление страха у малыша, оно может перерасти в страх перед одиночеством, страх потери близкого человека.

Почему возникает страх перед одиночеством? Даже когда ребенок уже появился на свет, он все еще связан с матерью пуповиной, теперь уже эмоциональной. Мать и самого себя малыш воспринимает как единое, неразрывное целое. Когда же матери нет рядом, он перестает чувствовать поддержку и заботу, а вследствие этого возникает беспокойство, переходящее в страх.

Ребенок растет и к двум годам начинает осознавать себя в этом мире как личность и понимать свое отличие от других людей. Страх перед одиночеством притушается, становится не таким острым, но все же остается. «Мама, не уходи, я боюсь!» — плачет двухлетний малыш, а мать просто не представляет себе, чего он может испугаться. А на самом деле он просто боится оказаться в одиночестве, лицом к лицу с таким враждебным и страшным миром.

Очень рано, в возрасте восьми месяцев, появляется страх перед незнакомыми людьми. Малыш старается прижаться к матери, отворачивается от незнакомцев, беспокоится, плачет. Этот страх связан с инстинктом самосохранения. Подсознательно ребенок боится чужих людей, которые могут причинить ему зло. И только когда он понимает, что незнакомый человек не доставит ему неприятностей, страх постепенно проходит.

Ребенок подрастает, и инстинктивный страх перед незнакомцами перестает быть таким острым. Уже в год и четыре месяца он не так беспокойно воспринимает чужих

людей, но страх не пропадает полностью. Если ваш малыш очень эмоционален, реакцией на появление незнакомых людей может быть смущение или застенчивость.

Приблизительно в возрасте трех лет ребенок активно знакомится с окружающей средой — взрослые читают ему книги, он смотрит мультфильмы и рассматривает картинки. В это время страх перед чужими людьми может стать следствием страха перед сказочными персонажами, перед неведомым, все еще не познанным миром.



Если страх одиночества скорее всего связан с социальным аспектом — боязнью быть отвергнутым обществом, то страх перед неведомым миром и сказочными персонажами основан в большей степени на инстинкте самосохранения. Ребенок инстинктивно опасается за свою жизнь и здоровье.



Этот страх испытывают практически все дети. Но при правильном воспитании и доброжелательной поддержке взрослых он быстро проходит. При неблагоприятном стечении обстоятельств — наличии тревоги и страхов у взрослых, окружающих ребенка, их пренебрежении к его эмоциональному состоянию, — тревога перерастает в тревожность, а страх — в боязливость, которые впоследствии формируются в устойчивые черты характера.

Если дети до трех лет испытывают чаще всего инстинктивные страхи, то страхи детей более старшего возраста уже осмысленны и конкретизированы.

Любой родитель или воспитатель может с ходу назвать множество детских страхов. Один ребенок боится кататься с горки, взбираться на что-либо, другой до истерики боится воды и ни за что не соглашается плавать в бассейне, третий приходит в ужас при виде незнакомой собаки, четвертый начинает плакать, как только услышит слова «врач» или «укол».

В три-пять лет дети боятся также сказочных персонажей или животных, чему немало способствуют взрослые. Не раз и не два можно услышать, как мама, укладывая малыша спать, говорит ему: «Закрывай скорее глаза, а то сейчас Баба Яга придет!» Причем своей интонацией мать показывает, что и сама боится этой ужасной Бабы Яги. Что уж говорить о малыше! Поначалу он копирует страх матери, сам при этом не испытывая его, так как не знает, как выглядит эта самая Баба Яга и как она может кому-то навредить. Но когда он увидит соответствующие картинки в книге сказок, посмотрит мультфильмы «с участием» Бабы Яги и наслушается рассказов взрослых о том, какая эта Баба Яга злая и как она поступает с непослушными детьми, малыш начинает ее бояться по-настоящему.

Для детей этого возраста также характерны боязнь плохих сновидений, страх перед некоторыми животными, боязнь глубины, огня, страх перед наказанием.



В пяти-шестилетнем возрасте дети наиболее часто испытывают страх перед смертью. Что и говорить, даже взрослому трудно понять, как мир будет существовать без него, и смириться с этим фактом. Ребенку это сделать еще сложнее. Почему страх смерти появляется именно в этом возрасте? Это обусловлено особенностями интеллектуального развития малыша. Он узнает смысл таких слов, как «время», «возраст», «жизнь», а вместе с ними появляется и страх смерти. Ребенку еще не понятна до конца тайна рождения, но вот осознание того, что концом всему является смерть, уже

приходит и вызывает у него ни с чем не сравнимый ужас.

Родителям не стоит думать, что страх смерти в этом возрасте — патология. Такой страх является аффективно-заостренным выражением инстинкта самосохранения. Он, как и вообще все страхи, в большей степени присущ эмоциональным детям. У детей же с задержкой психического развития, с расторможенным и агрессивным поведением, а также у детей, родители которых страдают хроническим алкоголизмом, страх смерти не развивается.

Как же определить наличие у ребенка страха смерти? Нередко этот страх может быть выражен через наличие других, тесно связанных с ним страхов — боязни нападения, болезни, природных стихий (воды, огня, пожара).

Эти страхи присущи и взрослым людям, но в меньшей степени. У детей же они чаще всего связаны со страшными персонажами из сказок. Например, боязнь огня может выражаться в ужасе перед огнедышащим Змеем Горынычем.

Однажды на прием к врачу пришла мать с сыном, который панически боялся Змея Горыныча. Когда врач попросил конкретизировать, чего именно боится мальчик, он сказал: «Змей такой страшный: дышит, и все горит!» То есть боязнь сказочного персонажа в данном случае была не чем иным, как ужасом перед пожаром и, возможно, боязнью смерти.

Сострахом смерти связана также и боязнь животных: «Боюсь собаку, она меня загрызет!», «Боюсь червяка, он похож на змею, а она кусается», — жалуются дети. Все то, что не понято ими или ассоциируется со смертью, может вызвать болезненный ужас.

Пяти-шестилетние дети очень боятся лечебных процедур, также связывая их с болью, а иногда и со смертью. В поликлинике можно нередко наблюдать зареванного малыша у дверей прививочного кабинета. Мама уговаривает ребенка: «Ну что ты, такой большой мальчик! Раньше-то ты уколов не боялся!» — не ведая, что страх перед шприцем вызван пониманием ребенка, что он может умереть (боль может привести к смерти).

В этом возрасте ребенок тяжело переносит болезнь или смерть близких ему людей или животных. Это даже не сочувствие им, а ярко выраженный страх, что подобное может произойти и с ним.

Появление страха смерти должно говорить родителям о том, что ребенок взрослеет. Сама жизнь уже воспринимается пяти-шестилетним человечком таким образом, что категория смерти признается им как нечто неизбежное. Страх же смерти возникает из нежелания признать эту неизбежность, из эмоционального неприятия необходимости умереть.

Когда ребенок начинает посещать школу, страх перед смертью постепенно проходит. Дело в том, что чувство это уже оказывается пережитым: в сознании ребенка жизнь и смерть выстраиваются в единую концепцию существования. К тому же он переключается на школьные занятия, где все для него вновь, все интересно. Неудивительно, что его внимание переходит с осознания того, что он смертен, на разнообразные школьные проблемы.

Когда ребенок идет в первый класс, страх смерти уже перестает быть навязчивым и больше не вызывает панику. Но, к сожалению, это происходит не со всеми. Эмоционально чувствительные дети все еще испытыва-

ют страх смерти, который в этом возрасте выражается как боязнь покойников, скелетов, кладбищ и чертей.

Если в пять лет дети боятся собственной смерти, то в более старшем возрасте они больше боятся потерять родителей. Смерть родителей означает для ребенка, что он останется один; отсюда активизация страха одиночества.

Боязнь остаться в одиночестве тесно связана со страхом оказаться нелюбимым. Не случайно ребенок часто повторяет: «Мама, а ты меня любишь?» Для него это способ удостовериться в том, что все идет нормально, что его не оставят наедине с этим огромным, непознанным и страшным миром. Страх быть отвергнутым говорит о том, что ваш ребенок взрослеет, все более и более вникает в сущность жизни, понимая, что одному (и вдобавок нелюбимому) жить несладко,

Страхи, откуда они?

Наличие страхов зависит от многих причин. Так, например, в процессе исследований было обнаружено, что мальчики подвержены страхам меньше, чем девочки, причем у мальчиков, которые воспитываются в неполных семьях, количество страхов больше, чем у их сверстников, живущих с обоими родителями. Было также выявлено, что развод родителей в меньшей степени отражается на девочках, чем на мальчиках, по причине того, что дети, как правило, остаются жить вместе с матерью, и тогда мать с дочерью образуют однополюю диаду общения, что позволяет девочке уверенно себя чувствовать и не испытывать многих страхов. Мальчики же, оставшись без отца, не получают необходимой мужской поддержки, что сказывается и на общении со сверстниками, и — как следствие — на увеличении количества страхов.

Ученые также сравнили, кто наиболее подвержен страхам: дети из отдельных или из коммунальных квартир? Результаты получились ошеломляющими. Больше страхов оказалось у детей, живущих в отдельных квартирах. Те же дети, которые проживают в коммунальных квартирах, испытывают меньше страхов, так как имеют больше возможности для общения со своими сверстниками.

Однако вне зависимости от того, воспитываются ли дети в полных или неполных семьях, проживают в отдельных или коммунальных квартирах, они испытывают больше страхов, если их родители часто ссорятся между собой. Особенно это относится к четырех-пятилетним малышам, уже понимающим, что такое конфликт между близкими им людьми, и эмоционально переживающим его. Беспокойство, возникающее при этом, вскоре перерастает в страхи, которые возникают еще и потому, что ребенок не имеет возможности влиять на исход конфликта родителей, а значит, ощущает свою беспомощность. Кстати, девочки более эмоциональны, чем мальчики, и поэтому обнаруживают большую чувствительность к конфликтам родителей и в связи с этим больше страдают от страхов.

В ходе исследований ученые также обнаружили тесную связь между количеством страхов у детей и их родителей. Страхи, как оказалось, могут даже передаваться по наследству! Речь, конечно, идет не о генетической их передаче, а об определенной склонности к чувству беспокойства по тому или иному поводу. Если мать в детстве до ужаса боялась темноты, этому же страху может быть подвержена и ее дочь. К тому же если взрослый человек испытывает тот или иной страх, ребенок это очень чутко чувствует и непроизвольно начинает бояться того же.

Нужно помнить и о том, что родитель, который постоянно испытывает чувство тревоги, подсознательно старается оградить от подобного психику

малыша. Он и не подозревает, что тем самым он оказывает ему медвежью услугу, так как ребенок в этом случае воспитывается в искусственной среде, а следовательно, не вырабатывает в себе навыков психологической защиты: избегает всего, что вызывает страх, вместо того чтобы научиться активно преодолевать его.

Чрезмерная опека также может сказаться на формировании страхов ребенка. Рассмотрим такой пример.

Мама родила Мишу поздно, уже в 35 лет, после того как в течение десяти лет безнадежно пыталась забеременеть. Естественно, что она испытывала постоянное беспокойство по поводу реальных и мнимых опасностей, грозящих здоровью ее сына. Она чрезмерно опекала его, все время приглашала врачей, ужасно волновалась при малейшем ушибе или царапине, без конца спрашивала малыша о том, как он себя чувствует. Понятно, что ребенку непроизвольно, в процессе повседневного общения, передавались страхи матери. Миша тоже стал бояться всего на свете. Он отказывался играть с мальчиками и девочками в песочнице («Вдруг они меня побьют?»), боялся принимать лекарства («Я знаю, мне будет больно!»), по ночам просыпался с криками: «Меня заберет от мамы злой дядя!» На фоне активизирующихся страхов у мальчика развился невроз, а причиной этого явилось поведение его собственной матери, думающей, что она желает ему только добра.

И психологу, прежде чем начать помогать четырехлетнему Мише избавиться от страхов, пришлось сначала провести разъяснительную беседу с матерью.

На основе рассмотренного случая сделаем вывод, что чрезмерная забота, гиперопека не идут ребенку на пользу, они могут стать причиной возникновения различных страхов. Однако подчеркнем, что, если родители, напротив, не проявляют любви к своему малышу, эмоционально не воспринимают ребенка, у него также могут развиться разнообразные страхи. Ребенок не чувствует защищенности, ему не к кому обратиться, когда он испытывает эмоциональный дискомфорт, и он начинает чувствовать враждебность окружающей среды. Таким образом, зная об отношениях в семье, можно констатировать большую или меньшую выраженность страхов у детей.



Нередко родители и сами, не задумываясь над последствиями, внушают ребенку страх различными угрозами: «Будешь себя плохо вести — позову милиционера», «Не станешь слушаться — отдам тебя в детдом», «Не будешь кашу есть — сделаю тебе укол». Иными словами, порой они намеренно вызывают страх у ребенка, а потом удивляются: «И что это моя Машенька стала вскрикивать по ночам» «Почему это мой Петечка отказывается гулять во дворе, если я не держу его за руку?»

Подобные угрозы чреваты и другими последствиями. Ведь если у детей дошкольного возраста угрозы старших вызывают страхи (так как ребенок верит в реальность слов взрослых), то дети постарше реагируют иначе: чувствуют себя оскорбленными, униженными, что подрывает их веру в себя и свои силы.

Ни в коем случае взрослые не должны также произносить «пожелания» типа «Ах, чтоб ты подавился!», «Чтоб тебя разорвало!», поскольку подобные слова соотносятся с темой жизни и смерти, вызывая у ребенка обострение соответствующих мыслей и как следствие — страх перед возможными бедами.

Страхи у малыша могут возникать также при подражании сверстникам. Маленький ребенок безотчетно копирует других людей и таким образом осваивает мир. Когда малыш приходит домой и сообщает вам «новость»: «Катя боится Змея Горыныча, и я тоже его боюсь», — знайте, что перед вами — типичный пример страха-подражания.

Все вышеперечисленные факторы влияют на возникновение страхов у детей. Отдельно отметим, что страхи могут возникнуть в связи с реально пережитой опасностью, испугом. Если на ребенка было совершено нападение, он был сильно избит или его покусала собака, все это в той или иной степени отражается на его дальнейшем эмоциональном развитии. При событиях, представляющих реальную угрозу жизни ребенка, в его памяти фиксируется сильный испуг. Зачастую он не проходит, а возникает систематически при обстоятельствах, схожих с первоначальным случаем, вызвавшим у малыша страх.

Страхи ребенка, основанные на реально произошедших с ним событиях, требуют еще более пристального внимания родителей, а нередко и специальной помощи психолога.

НОЧНЫЕ КОШМАРЫ И СТРАХИ

Практически не существует детей, которым хотя бы раз в жизни не приснился кошмар. Чтобы понять малыша, достаточно вспомнить свое детство, когда казалось, что из темноты ползут ужасные чудовища. То же самое происходит и с вашими детьми. Но вот только у уравновешенных детей ночные кошмары бывают лишь несколько раз в жизни, дети же с повышенной возбудимостью очень часто видят ужасные сны и просыпаются, крича от испуга.

В возрасте до шести месяцев ночные пробуждения ребенка основаны на чисто физиологических причинах — он голоден, у него мокрые пеленки или что-нибудь болит. Впоследствии, в более позднем возрасте, когда ребенок открывает для себя новый мир, приобретает новые знания, а его сны наполняются психологическим содержанием, ночные кошмары уже не всегда являются следствием физических страданий ребенка. Причиной психологической дисгармонии и ночных страхов может быть, например, боязнь расстаться с матерью.

Необходимо уметь различать ночные кошмары и ночные страхи, так как они имеют разные причины.

Кошмар — это страшный сон.

Обычно он появляется ближе к концу ночи и продолжается примерно двадцать минут, хотя малышу потом кажется, что все окончилось за гораздо более короткий срок. Просыпаясь, ребенок способен припомнить кошмар во всех подробностях, причем часто эти подробности бывают не только зрительными, но и слуховыми и даже осязаемыми.

Во время сна-кошмара малыш испытывает сильнейшее беспокойство, у него учащается пульс, но каких-либо движений не наблюдается. Это можно объяснить тем, что кошмар обычно возникает в той фазе сна, когда все мышцы расслаблены.

Если ребенку приснился кошмар, проснувшись, он, захлебываясь от плача, начнет рассказывать родителям (если, конечно, он уже умеет говорить) о том, что его так напугало. Кошмары ребенка большей частью представляют собой реакцию на страхи, которые он испытывает в состоянии бодрствования. Если они связаны с возрастными этапами развития, беспокоиться особо не о чем, но порой кошмары детей бывают прямым отражением каких-либо стрессовых ситуаций, неблагоприятных отношений между членами семьи. Дети еще не научились четко выражать свои чувства, поэтому дневные страхи и отражаются во сне.

Хотя ни один кошмар не похож на другой, все же самыми распространенными их темами являются опасность, падение, преследование, нападение. Если ребенок очень чувствителен, эмоционален, один и тот же сон может повторяться из ночи в ночь.



Если с ребенком случился какой-то несчастный случай (даже когда он был совсем маленьким), это может устойчиво зафиксироваться в памяти и также привести потом к кошмарным сновидениям.

У маленьких детей кошмары часто являются воспоминаниями о пережитом в течение дня. Фильмы ужасов, страшные истории, скандалы, травмы воздействуют на психику малыша, выливаясь впоследствии в ночные кошмары.

Как же помочь ребенку, когда он будит вас среди ночи и в слезах рассказывает о своем ужасном сне? Прежде всего отнеситесь к малышу с вниманием и терпением.

В момент пробуждения он не делает различия между сном и явью, ему кажется, что увиденный только что кошмар все еще продолжается. Не нужно внушать малышу, что это был всего лишь сон. Он еще настолько мал, что попросту не способен понимать разницу между реальностью и сновидением.

Лучше всего малыша успокоят заверения, что все, что он увидел во сне, не опасно. Не заставляйте ребенка рассказать свой сон, так как при этом он заново переживает испытанный ужас. Просто успокойте его, возьмите на руки, покачайте, пошепчите ласковые слова.

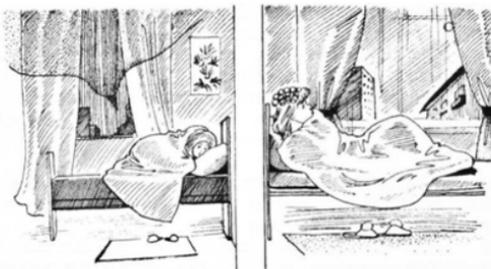
А вот на следующий день необходимо поговорить с ним о том, что он переживал во сне (если, конечно, малыш сам об этом еще не забыл), и попытаться сгладить драматичность ситуации. Перескажите его страшный сон своими словами, но при этом завершите ужасную историю на оптимистичной ноте.

Если ребенок склонен к ночным кошмарам, следует уделить особое внимание тому, как он готовится ко сну. Избегайте возбуждающих подвижных игр перед сном, не давайте ему рассматривать страшные картинки, не рассказывайте страшных сказок. Настроить его на умиротворяющий лад поможет колыбельная песенка, душевный разговор на отвлеченную тему, уверения в том, что он всеми любим и что в случае чего родители всегда придут ему на помощь.

Если вы будете вести себя правильно, не станете акцентировать внимание ребенка на его страшных сновидениях, постараетесь успокоить и отвлечь его, вскоре ночные кошмары будут сниться ему не так часто, а потом и совсем прекратятся.

Если вашего ребенка преследуют ночные кошмары, обратите внимание на климат в семье, на то, как живет ваш малыш среди взрослых. Устранив причины внутрисемейного порядка, вы сделаете первый шаг в процессе избавления ребенка от кошмаров.

Начиная с двухлетнего возраста на появление ночных кошмаров может влиять разлука с матерью, остро переживаемая малышом, а также излишняя строгость родителей, недостаток любви с их стороны.



При этом подобное отношение родителей непроизвольно ассоциируется у ребенка со сказочными образами зла. Психологи установили, что часто злая Баба Яга снится детям, которые испытывают бездушное отношение, а то и угрозы со стороны матери. Кощей, Бармалей, страшный дядя ассоциируются с неотзывчивостью, эмоциональной скупостью, жестокостью отца.

Если ребенку постоянно что-то запрещают, лишают его самостоятельности, это также может выразиться в ночных кошмарах, когда строгие родители предстают в образах страшных сказочных персонажей. Малыш попадает в своеобразное замкнутое пространство: днем его преследуют многочисленные запреты и угрозы, а ночью — дурные сны. В результате постоянно испытываемые негативные эмоции, возбуждение, нервное напряжение могут способствовать тому, что он начнет страдать неврозами.

Ночные страхи представляют собой нарушения сна, возникающие в самом начале ночи, вскоре после того, как ребенок заснул.

Они могут испугать не только самого малыша, но и взрослых, которые за этим наблюдают. Ребенок начинает бормотать, вскрикивать от ужаса, беспорядочно метаться по постели, он весь в поту, сердце у него сильно бьется. Когда родители подходят к нему, он их не узнает.

Приступ ночного страха начинается с испуганного вопля или крика, когда ребенок «просыпается», потом он начинает активно двигаться, словно пытаясь убежать от опасности. До сих пор не выяснено, спит ли ребенок в этот момент или бодрствует. Хотя он не реагирует на присутствие взрослых, назвать его спящим в этот момент тоже нельзя. Скорее всего это какое-то переходное состояние от сна к пробуждению.

В момент пробуждения он испытывает настоящие симптомы страха—у него повышается кровяное давление, учащается сердцебиение, расширяются зрачки глаз. В этот момент не следует тормошить малыша, выясняя, что же ему привиделось, так как это только помешает ему естественным образом перейти в фазу спокойного сна. Ребенок просто не нуждается в утешениях: несмотря на то что налицо все симптомы страха, настоящего ужаса (как во время кошмара) он не испытывает. Лучше уложите его в постель, погладьте по голове, укачайте, и ребенок спокойно уснет. Вполне возможно, что малыш тут же погрузится в глубокий сон, а наутро и не вспомнит о происшедшем.

Ночные страхи бывают у многих детей, но у здоровых они возникают нечасто. Если же страхи продолжаются много ночей подряд — это повод для посещения врача.

Причиной страхов могут быть тревога, разлука, беспокойные отношения в семье, но чаще всего они не связаны с психологическими проблемами.

Замечено, что ночные страхи, подобно сомнамбулизму, являются наследственным заболеванием. В 96 процентах случаев ими страдали и родители малыша.

Приступы ночных страхов часто происходят после перенесенной тяжелой болезни, сопровождавшейся высокой температурой, а также в период невротического взросления.

Можно ли предупредить появление ночных страхов и нужно ли их лечить?

Оказывается, профилактика ночных страхов возможна. Она состоит в обеспечении ребенку достаточного времени для сна. Если ребенок спит столько, сколько положено, то сон становится более спокойным, более ровным, и ночные страхи практически

отсутствуют.

Если ночные страхи проявляются очень интенсивно, врач может назначить лекарственную терапию. Это, как правило, делается только тогда, когда нарушение сна вызвано какой-либо болезнью — эпилепсией, умственным расстройством, опухолью мозга и т. д. Но и в этом случае лечится болезнь, являющаяся причиной ночных страхов. Для здорового же ребенка лучшей профилактикой будет создание в семье атмосферы покоя и любви. Пройдет не так много времени, и он «перерастет» все свои ночные страхи.

Вот несколько советов, как следует укладывать ребенка спать, чтобы сон его был спокойным и его не мучили ночные страхи и кошмары.

Прежде всего позаботьтесь о тишине в доме. Когда малыш ложится спать, в квартире не должно быть слишком шумно. Уменьшите громкость телевизора или магнитофона, не допускайте громких разговоров.

Перед сном психике ребенка нужно спокойствие: шумные игры и громкий смех недопустимы. Займите его игрушками, рассматриванием картинок, рисованием или расскажите ему какую-нибудь хорошую, добрую сказку.



Если у малыша есть брат или сестра, они должны научиться не мешать спать друг другу. В крайнем случае попробуйте укладывать их в разных комнатах.

Следует создать такие условия, чтобы ребенку было удобно и приятно спать. Комната не должна быть душной и слишком теплой. Установите ночник таким образом, чтобы ребенок мог сам зажечь свет, не вставая с постели. Кровать должна быть достаточно большой и не слишком мягкой (излишняя мягкость способствует развитию сколиоза — искривления позвоночника).

Ребенок обычно быстрее засыпает, если он ложится спать не один, а в компании с любимыми игрушками.

Стоит напомнить также и о том, что к плохому сну и, как следствие, к появлению кошмаров может привести и переполненный желудок. Поэтому не перекармливайте ребенка на ночь, легкого ужина за два часа до сна вполне достаточно.

Для поддержания хорошего сна можно порекомендовать соблюдать определенный «ритуал» укладывания спать. Поговорите с ребенком, расскажите ему сказку, которая обязательно хорошо заканчивается, спойте колыбельную, скажите о том, что любите его. Таким образом, малыш успокаивается, а при соблюдении подобного «ритуала» изо дня в день очень быстро засыпает, и сон его при этом остается спокойным.

Когда ребенок достигает возраста трех-четырёх лет, он часто находится во власти иррациональных страхов. Малыш боится оставаться в темноте, боится засыпать, так как ему кажется, что во сне ему непременно явятся чудища, требует, чтобы в его спальне находился кто-то из взрослых. Он может начинать плакать каждый раз, как только слышит слово «спать».

Как же действовать в этом случае?

Не нужно доказывать ребенку, что все сто страхи нереальны, он все равно ничего не поймет из ваших объяснений. Лучше твердо скажите ребенку, что с ним ничего плохого произойти не может. Если он боится темноты, оставьте зажженным свет. Если вы считаете, что яркий свет мешает малышу уснуть, включите маленький ночник.

Порой, после того как малыш засыпает, он испытывает явление, которое называется гипнагогическими иллюзиями. У ребенка возникают неприятные и тревожные физические ощущения. Ему кажется, что он падает в пустоту или что на него нападает чудовище и т. д. При этом он сильно вздрагивает.

Подобные иллюзии возникают в полубессознательном состоянии и имеют негативные последствия, так как остаются в памяти, и на следующий день малыш боится отправляться в постель, поскольку ему кажется, что ужасы обязательно повторятся.

Поговорите с ребенком о его страхах. При этом помните, что, рассказывая о них, малыш не отделяет воображаемое от действительного. Поэтому, если он боится чудищ, не нужно делать вид, что вы их убили, так как этим вы только подтверждаете реальность его страхов. Лучше, не отрицая того, что его страхи истинны, смягчите драматичность ситуации: скажите ему, что все в порядке, что он находится в безопасности, а вы рядом и обязательно придете на помощь, если что-нибудь случится.

КАК ПОБЕДИТЬ СТРАХ

Как уже упоминалось, страхи и ночные кошмары бывают практически у каждого ребенка. При этом они еще не являются показателем того, что нервная система малыша расшатана или что его здоровье не в порядке. Но в любом случае страхи и кошмары — явление негативное, и ваша задача — помочь ребенку побыстрее справиться с ними. Каким образом это сделать?

Прежде всего наладьте тесный контакт с малышом, он должен вам доверять и верить в то, что вы его любите. Спокойствию ребенка также способствуют нормальные внутрисемейные отношения. Даже если невозможно полностью устранить конфликты в семье, выясняйте отношения только тогда, когда малыша нет поблизости, а с ним самим придерживайтесь неизменно ровного и ласкового тона. При этом помните, что внимание и понимание отца для ребенка не менее важны, чем доброжелательные отношения с матерью. Ваши правильные действия облегчат его напряженное состояние и будут способствовать тому, что он перестанет бояться.

Ну а если страхи остаются? Обязательно ли нужно обращаться к специалистам? Если ребенок не болен, нейтрализовать их возможно и дома. Для этого была разработана специальная программа, которая и предлагается вашему вниманию.

Программа по нейтрализации детских страхов

Программа состоит из нескольких этапов, первым из которых является РИСОВАНИЕ СТРАХОВ.

Все дети любят рисовать. Даже двухлетний малыш тянется к карандашам и бумаге, стремясь «выразить себя в творчестве». А после трех лет рисование становится одним из любимых занятий ребенка, что свидетельствует о развитии у него образного мышления. К тому же через рисование ребенок осуществляет потребность в выражении своих чувств и эмоций. Психологи заметили, что рисунки детей передают их интересы, увлечения, особенности темперамента, являются зеркалом их внутренних переживаний.

Преобладание в рисунках малыша серых и черных тонов может означать отсутствие жизнерадостности, постоянное плохое настроение, большое количество страхов, с которыми его психика справиться не может. Когда же в рисунках преобладают яркие, сочные краски — это скорее всего является свидетельством жизненной активности, хорошего настроения, оптимизма.

Прежде чем начать изображать страхи, нужно увлечь ребенка процессом рисования. Попросите его нарисовать что-то на нейтральные темы: «На улице», «Моя семья», «Любимые животные». При этом тема «Моя семья» имеет особое значение. Ребенок должен нарисовать всех членов семьи. Это поможет вам понять, как ребенок воспринимает внутрисемейные отношения. Посмотрите, где он разместил себя, как близко расположил родителей. Если он нашел себе место в центре картинке, а рядом — родителям, значит, отношения в семье ровные и страхи малыша не связаны с внутрисемейными конфликтами. Наоборот, сигналом тревоги может являться тот факт, что ребенок нарисовал себя в стороне от родителей или же рядом только с одним из них. Это означает, что в семье не все ладится. Стоит обратить внимание и на краски, которыми он пользовался. Если он одним цветом нарисовал себя и маму, а отца — другим, значит, малыш больше контактирует с мамой, и наоборот.

Следующей темой рисования может быть: «Что страшное мне снится и чего я боюсь».



Сначала поговорите с ребенком по душам, выясните, чего он боится больше всего, составьте список страхов («Боюсь медведя, Бабы Яги, смерти, пауков, врачей, огня»), затем дайте задание нарисовать их. Если он отказывается рисовать страхи, это еще не значит, что их нет. Скорее всего он отрицает их, и, значит, ему будет трудно их преодолеть. Если же он изобразил на рисунке какие-то путающие его предметы или явления, значит, он готов к преодолению своего страха.

Не думайте, что графическое изображение усиливает страх. Наоборот, при рисовании снижается напряжение от тревожного ожидания чего-то ужасного. В рисунке страх не такой острый, он изображен как что-то уже случившееся, реализованное, а значит, менее страшное.

Рисование не должно длиться более 20—30 минут. Ребенок может изобразить несколько страхов, а может и всего один — то явление, которого он боится сильнее всего.

Большое значение имеет также и атмосфера, в которой малыш занимается рисованием. Поддержка родителей, их одобрение помогают ему приобрести уверенность в себе, преодолеть страх.

Важно выразить одобрение по поводу нарисованного, сказать, что вы гордитесь им, ведь он теперь не боится этого. Похвала повысит чувство собственного достоинства ребенка, его активность и уверенность в себе. Не нужно говорить малышу, что теперь, после рисования, вы уверены, что все страхи пропадут. Лучше скажите ему, что он отлично справился с заданием.

Если ребенок не уверен, как нарисовать тот или иной страх, можно подсказать ему, как его изобразить (но только в самых общих чертах). Помните, что тему смерти нужно исключить, потому что она наиболее трудна для понимания и изображения. После того как все страхи будут нарисованы, обязательно обсудите рисунки с ребенком. Хорошо, когда такое обсуждение проводится совместно с другими детьми, эффект подражания поможет каждому из них быстрее справиться со своими собственными страхами.



Покажите ребенку его собственный рисунок, с юмором опишите, что на нем изображено. А потом спросите, боится ли он теперь. Отрицание страха обязательно закрепите похвалой. Даже если страх сохраняется, он становится не таким сильным, так как малыш чувствует ваше понимание и поддержку.

Если страхи остались, предложите нарисовать их снова, но теперь пусть он изобразит себя не боящимся. Если в первом рисунке был изображен только объект страха, теперь ребенок рисует себя в момент противостояния ему. Такая позиция действует в качестве косвенного внушения и дополнительного стимула преодоления страха.

Заключительной темой рисунков может быть: «Кем я хочу стать». Это вносит оптимистическую нотку, придает уверенность в своих силах, помогает справиться с проблемами. Малыш рисует свое будущее, а в нем нет места страхам. Тем самым они нейтрализуются.

Достигнутые через рисование успехи в преодолении страхов необходимо закрепить в процессе игры. Поиграйте с ребенком в игру: «Кто расскажет лучшую сказку». Начните вы, придумав историю, в которой главный герой чего-то боится, но потом преодолевает свой страх. Затем попросите пофантазировать малыша. Пусть и он сочинит сказку, в которой герой легко справляется с трудностями и преодолевает боязнь. Главным действующим лицом в этой истории может быть как сам ребенок, так и вымышленный персонаж.

Если у малыша не получается, помогите ему. Причем помните о главном страхе, который мучит ребенка, и используйте его в сочиняемой сказке.

Воздействие такой истории на малыша можно усилить, инсценировав ее с помощью кукол и мягких игрушек, — и пусть ребенок сам распределит роли. Этот маленький спектакль можно дополнить масками, костюмами, песенками и стихами. Прогрывая один и тот же сюжет, связанный с преодолением страха, ребенок и сам перестает бояться, так как страх в большинстве случаев вызывает лишь неизведанное. А если он доподлинно разобрался, что представляет собой страх и как с ним можно бороться, ему становится уже не так страшно.

Когда ребенком проиграны условные истории, можно переходить к инсценировке реальных событий, которые случились с малышом или с тем человеком, которого он знает. Инсценировать также можно сценки из жизни. Например, предложите малы-



шу сыграть в то, как вы укладываете его спать: он будет мамой, а роль малыша возьмите на себя (в роли малыша может выступить и мягкая игрушка или кукла). Объясните малышу, как нужно вести себя в той или иной ситуации, чтобы не испытывать страха. Ребенок же, почувствовав себя взрослым и взглянув на свои страхи со стороны, может просто рассмеяться, настолько забавно это выглядит. Даже глубоко укоренившийся страх легко побороть с помощью такого заключительного упражнения.

Как вы успели убедиться, проблема детских страхов весьма актуальна. И если ваш ребенок подвержен страхам и ночным кошмарам, ваша задача помочь ему справиться с ними и почувствовать уверенность в себе. Необходимо установить причину детских страхов и попытаться устранить ее. Если беспокойное состояние ребенка связано с напряженными отношениями в семье, то, чтобы он перестал бояться, вы должны наладить внутрисемейный мир, научиться быть доброжелательным с ним.

Если же страхи зашли очень далеко и наряду с ними малыш испытывает ряд других проблем психологического характера, помочь ему может только специалист, который и посоветует, как действовать в том или ином случае. В большинстве же своем при понимании и поддержке со стороны родителей ребенок вполне может самостоятельно преодолеть все свои страхи.

Глава 4. ЕСЛИ МАЛЫШ КАПРИЗНИЧАЕТ

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК КАПРИЗНИЧАЕТ

Дорогие мои родители! Уж коли взяли вы на себя этот нелегкий труд — быть родителями, придется изучить все тонкости одной из величайших наук в мире — науки воспитания детей. А это ох как непросто, не говоря о том, что еще труднее теорию воспитания применить на практике, да еще к собственному ребенку.

Представьте себе, что вы собираетесь на работу, очень спешите, а ваше любимое чадо начинает ни с того ни с сего капризничать, плакать, а то и биться в истерику. Вы хватаетесь за голову и не знаете, что предпринять. Или за столом малыш вдруг отказывается от еды, кричит, бросает ложку, и никакими силами не удастся успокоить его и накормить. Бывает, малыш отказывается спать. Среди ночи он вдруг начинает громко звать вас, не помышляя о сне. Он как бы испытывает ваше терпение, а вы с полужакрытыми глазами, с трудом борясь со сном, сидите у его кровати и рассказываете ему в третий раз одну и ту же сказку. Что же с ним происходит?



Оказывается, в возрасте от года до трех-пяти лет ребенок проходит перестройку, в процессе которой он приобретает новый опыт, начинает больше понимать, острее переживать эмоциональные конфликты. Именно в это время малыш и начинает капризничать, узнав, что на свете, кроме слова «да», существует и слово «нет».

Некоторые педиатры называют этот возраст «первым возрастом упрямства» (второй относится к 12–14 годам). Вот так неожиданно ваши вроде бы до этого покладистые сынишка или дочурка становятся капризными и строптивыми, упорно отказываются выполнять какие-то требования, при этом они могут вести себя очень некрасиво: топтать ногами, плакать, кричать, швырять все, что попадется под руку, бросаться на пол, стараясь таким способом достичь желаемого.

Причины таких истерических припадков обычно очень просты, но взрослому не всегда удается сразу их распознать.

Итак, почему же ребенок капризничает? Существует несколько вариантов ответа на этот вопрос.

Вариант, первый. Ребенок капризничает, плачет, если его что-то беспокоит, он болен, но сам этого не понимает. Ведь маленькие дети не могут чувствовать, что происходит в их организме, так, как это чувствуют и понимают взрослые.

Вариант второй. Малыш хочет привлечь к себе внимание. Он выбрал такой способ пообщаться с вами, потому что ему не хватает вашего общества, вашей любви. Потребность в «нужности другому» является одной из базовых потребностей человека.

Вариант, третий. Капризничая, ребенок хочет добиться чего-то очень желаемого, а именно: подарка, разрешения гулять или еще чего-то, что родители запрещают из каких-то непонятных малышу побуждений.

Вариант четвертый. Ребенок выражает протест против чрезмерной опеки и демонстрирует желание быть самостоятельным. Это вполне естественно, если вы придерживаетесь авторитарного стиля воспитания, ведь он хочет быть самостоятельным, а вы постоянно им руководите: «Ты наденешь эту рубашку!», «Этого делать нельзя!», «Перестань смотреть по сторонам!» и т. д.

Вариант пятый. Никакой причины, которая могла бы вызвать истерику, нет. Просто это выражение конфликта ребенка с самим собой. А может быть, он сегодня не выспался? Или он очень устал за день и поэтому раскапризничался? Ваши семейные ссоры, скандалы тоже могут повлиять на его настроение. Подумайте, проанализируйте все. Как говорил Януш Корчак, «ребенок недисциплинирован и зол потому, что страдает». В причинах его страданий и кроется ответ на вопрос, почему он капризничает.

А теперь рассмотрим каждый вариант более подробно и постараемся разобраться в причинах того или иного поведения ребенка и в том, как ему помочь справиться с собой.

Малыш заболел

Капризы ребенка могут быть свидетельством того, что он заболел, но не может об этом сказать, потому что сам не понимает, что с ним происходит.

Один из признаков болезни — изменение поведения. При этом обычно снижается аппетит, малыш легко возбуждается, плачет без причины, то ложится на диван, то сидит с безразличным видом. Внимательные родители сразу заметят эти изменения и приступят к дальнейшему осмотру.

Потрогайте его лоб. Для большей уверенности измерьте температуру, так как повышение температуры является следствием заражения организма какой-либо инфекцией. На глаз это порой трудно определить. Есть дети, которые играют и при температуре 38—39,5 °С, не сознавая, что заболели.

Первым проявлением простудного заболевания может быть насморк. Таким образом организм обычно пытается остановить инфекцию. Кашель также может свидетельствовать о начавшейся болезни. Насморк, кашель и одышка возникают, например, при заболеваниях органов дыхания, а также при острых инфекционных заболеваниях.

Расспросите ребенка, не болят ли у него ушки. Именно во время отитов дети бывают особенно беспокойны и капризны.

Часто у детей дошкольного возраста возникают боли в животе, причем необязательно как признак какого-то заболевания. Иногда боли в животе отмечаются у детей

нервных, с повышенной возбудимостью.

Еще один верный сигнал болезни — головная боль, так как здоровых детей она редко беспокоит.

Последите, какие у ребенка стул и моча, нет ли рвоты. Частое мочеиспускание может быть одним из симптомов простуды мочевого пузыря и мочевыводящих путей, реже — болезни почек. Понос свидетельствует о расстройстве пищеварения, причем как инфекционного, так и неинфекционного характера. Нервные дети, наоборот, склонны к запорам. Первым признаком болезни может быть и рвота.

Осмотрите тело ребенка, нет ли на нем сыпи. Причина ее возникновения — инфекционные болезни и аллергия. Причем сыпь появляется раньше других признаков инфекции. Специфический цвет кожных покровов также свидетельствует о наличии какой-то болезни, например, синюшность говорит о больном сердце, желтизна — о желтухе и т. д.

Итак, способов выяснить, не заболел ли малыш, очень много. Это и осмотр, и беседа с ребенком, и наблюдение за ним. В любом случае, если вы пришли к выводу, что он болен, его надо как можно быстрее показать педиатру. Не советую заниматься самолечением, это очень опасно, особенно если малыш не может правильно объяснить, что у него болит.

Будьте готовы к тому, что больные дети очень капризны. Всем известно, что болеть плохо. Больной не может бегать, играть, он лежит в постели и страдает. И часто получается, что для больных детей родные стараются сделать все возможное, чтобы им было хорошо. Они тут же оказываются в центре внимания, им достают и покупают любые игрушки, сладости, фрукты, потакают их прихотям. Нужно ли это? Ведь малыш, поняв, что, когда он болен, все в этом доме делают для него, может в дальнейшем прибегать к симуляции болезни.

Я не призываю лишать ребенка родительской заботы и внимания. Но следует подумать, не чрезмерны ли ваши старания. Главное — не переусердствовать.

Призыв к общению

Ребенку с самого начала жизни необходима родительская любовь. Однако если он окружен излишней заботой и вниманием, он бессознательно начинает злоупотреблять ими. Так, уже в конце первого года жизни его крик, плач могут означать не только то, что он хочет есть или пить. Плач становится для него способом позвать к себе родителей, обратить на себя их внимание.

Приведу пример из моей практики.

Леночке 11 месяцев. Родители заметили, что в последнее время девочка стала очень плаксивой. Как только мама уходит из комнаты, чтобы заняться домашними делами, она начинает плакать, а если мать не возвращается — кричать. Вздволенные родители обратились к врачу, чтобы узнать, не болит ли что у дочки. Но если бы они были чуть внимательнее, поняли бы сами, что Леночка капризничает, чувствуя себя неудобно без мамы. В такой ситуации родителям надо, с одной стороны, уделять девочке больше внимания, с другой стороны, не потакать ее капризам и не идти у нее на поводу. Постепенно она должна научиться играть одна, потому что мама не может постоянно находиться рядом с ней.

Усиленное требование внимания к себе может проявляться по-разному. Например, ребенок капризничает и требует подойти к нему, или зажечь свет, или застегнуть

пуговицу. Обычно родители стремятся повлиять на него такими словами: «Перестань наконец хныкать!», «Если будешь продолжать, я запру тебя в комнате» и т. д. Как правило, ругань и угрозы не помогают. Через некоторое время ребенок начинает делать то же самое, а нередко и еще больше капризничает.

Если хотите избежать капризов, старайтесь проводить с малышом больше времени вместе.

Ребенок чувствует себя увереннее в присутствии родителей, это создает у него чувство безопасности. Вы, наверное, видели такую картину: придя в гости к незнакомым людям, малыш все время держится за мать, прячется за нее. Но постепенно он начинает осматриваться и время от времени совершает «ходки» от нее к понравившимся ему гостям, постоянно возвращаясь к маме.

Многие родители на приеме и в письмах жалуются, что им не хватает времени для общения с детьми. Но главное — не сколько вы потратите времени, а как вы его проведете. При этом можно и не бросать домашние дела, а общаться с ребенком в процессе их выполнения. Просто обратите внимание на малыша, поговорите с ним, и он будет этому очень рад.



Очень важно при общении с ребенком быть искренним и естественным. Ребенок сразу почувствует фальшь. Поэтому для общения с ним необходимо настроиться, снять раздражение, забыть про свои заботы. И тогда время, проведенное с малышом, принесет радость вам обоим.

Чаще устраивайте семейные праздники. Очень хорошо в такие дни, кроме традиционного застолья, придумать какие-нибудь сюрпризы, развлечения для всей семьи. Можно сходить в театр или совершить загородную прогулку. Способов семейного времяпрепровождения масса. Было бы желание!

Реакция на родительский запрет

Слезы у ребенка могут быть реакцией на родительский запрет. Малышу трудно понять, что значит «можно», а что «нельзя». Вы должны помочь ему разобраться в этом. При этом необходимо учитывать возрастные особенности психики и физиологии ребенка.

В годовалом возрасте малыша привлекают яркие и броские предметы. Криком и слезами он может просить интересующий его предмет. К примеру, ребенок увидел красиво переливающийся хрустальный бокал, но вы опасаетесь, что он может разбить его и порезаться. В этом случае вы должны переключить внимание малыша на более безопасную игрушку.

Очень часто родители так сильно любят свое чадо, что покупают слишком много игрушек. Но проходит какое-то время, и все они ему надоедают. И тогда ребенок стремится к чему-нибудь новенькому и часто — запретному. Чтобы этого не случилось, не давайте ему все игрушки сразу, а меняйте их время от времени.

В возрасте одного года у ребенка режутся зубки. В связи с этим у него возникает потребность каждую вещь взять в рот. Проследите за тем, чтобы игрушки малыша не были мелкими, острыми или непечными.

Одна мама рассказала мне на приеме такую историю. Она так любила свою дочку, что каждый день старалась сделать ей сюрприз. У малышки было очень много игрушек, но они уже наскучили ей, и она не обращала на них никакого внимания. И тогда изобретательная мама завернула некоторые игрушки в фольгу, чтобы сделать их более приметными. Естественно, дочка очень обрадовалась, но скоро обнаружила, что фольгу можно развернуть. Сразу же возникло желание попробовать ее на вкус. Случайно она поперхнулась маленьким кусочком фольги, и маме пришлось вызывать врача.

В последнее время участились случаи отравления маленьких детей краской, покрывающей игрушки. Поэтому при покупке игрушек обязательно уточняйте, безопасен ли материал, из которого они изготовлены.

Ближе к трем годам у ребенка появляется потребность поближе познакомиться с окружающим миром. Он стремится стать полноправным членом семьи. Ему хочется участвовать во всех домашних делах, чувствовать свою значимость.

Но некоторые родители, беспокоясь за ребенка, ограничивают его свободу.

Мне знакома одна семья, в которой мир был четко разделен на «взрослый» и «детский». Родители панически боялись за малыша, отвели ему отдельную комнату и ограничили ему доступ в другие места, например, в кухню и гостиную. Им казалось, что на кухне на него может упасть кастрюля с горячим компотом, в гостиной он может подвергнуться облучению телевизора. Они даже запрещали ему бегать, потому что он мог упасть и удариться о батарею.

Но любопытный ребенок не смирился со сложившейся ситуацией и стремился в запрещенные места всякий раз, когда мама или папа отвлекались от его персоны. Он боялся быть замеченным, поэтому старался все делать быстро. Каждый раз при этом что-то падало, билось и ломалось. Родители пытались отвлечь его внимание от опасных предметов при помощи сладостей. Когда ребенка начинал интересоваться какой-нибудь предмет, доступ к которому, по мнению родителей, детям строго воспрещен, они давали ему что-то вкусное.

Сыншшка очень скоро усвоил это и стал намеренно создавать подобные ситуации. Только его требования все возрастали, и плакал он сильнее, и кричал громче. Родители, обеспокоенные состоянием его психики, обратились ко мне за помощью.

С огромным трудом мне удалось убедить их в том, что они изначально были не правы.

Ребенок должен иметь возможность изучать мир, в котором он живет, и вы обязаны помочь ему в этом. Пусть он станет помощником во всех домашних делах. Только преподнесите это в форме игры. Вы стираете? Дайте ему маленький тазик и разрешите постирать свои носочки. Вы готовите на кухне? Пусть он займется тем же и накормит свои игрушки. В совместном выполнении домашних дел есть несколько положи-

тельных моментов. Во-первых, ребенок, все время находится рядом и вы можете контролировать его действия. Во-вторых, вы имеете прекрасную возможность объяснить малышу назначение некоторых предметов и показать, какие из них могут быть для него опасны.



С определенными трудностями вам придется столкнуться, когда малыш начнет общаться со сверстниками. Каждый ребенок будет играть со своими игрушками. Многие из них захочется иметь и вашему малышу, и он будет просить их у вас. Вам придется поговорить с ним и объяснить, что все купить невозможно.

Если же это не поможет, сыграйте с ним в игру под названием «Магазин». Дайте ему игрушечные деньги и попросите сделать необходимые покупки. Когда деньги закончатся и малыш больше ничего не сможет купить, он поймет, что не всегда желаемое бывает доступным.

Если капризы не прекращаются, задумайтесь: может быть, это своеобразный способ проверить вашу реакцию. В таких случаях вы должны быть тверды и последовательны. Оставьте малыша наедине с самим собой, и вскоре он успокоится и изменит свое поведение.

Разговаривайте с ребенком на равных. Если малыш будет знать, что вы всегда поможете ему разобраться в том или ином вопросе, терпеливо выслушаете, объясните, дадите совет, то капризов будет намного меньше, и ребенок при этом будет расти спокойным и неизбалованным.

Самоутверждение

Как уже отмечалось, неумеренно восторженное отношение к детям, при котором они ощущают чрезмерную родительскую любовь, формирует у них эгоизм и себялюбие. У ребенка возникает гипертрофированная самооценка, то есть он становится нетребовательным к себе, но зато нетерпимым и сверхтребовательным к другим. При этом некоторые дети так устают от родительской любви, что у них появляется эмоциональное перенапряжение, которое выражается в слезах, капризах, упрямстве, в противодействии всему, что исходит от взрослых.

Ребенок воспринимает заботу родителей по-разному: иногда как проявление любви, иногда как помеху и подавление своего «я». Многочисленные исследования психологов показывают, что ребенку уже с раннего возраста для гармоничного развития необходим определенный баланс опеки и свободы. Он должен чувствовать, что его не только опекают и окружают заботой, но и дают ему право самостоятельного выбора, понимают и уважают его.



Например, малыш начинает плохо вести себя за столом. Он отказывается от некоторых блюд, просит другой еды, требует соску, хотя уже давно ею не пользовался. Если в таком случае открыто оказывать на него давление, он продолжит свои капризы и еще больше заупрямится.

Необходимо согласиться с тем, что он стал самостоятельным и может сам выбирать себе блюда и есть столько, сколько хочет. Поверьте, он не умрет с голода, ему не даст погибнуть жизненный инстинкт. Отнеситесь к происходящему с терпением и юмором.

Многие родители считают, что придерживаются демократичного стиля воспитания, но на деле это оказывается не так. Некоторым детям буквально шагу ступить не дают «заботливые» мамы: «Туда не ходи! Это в руки не бери! Здесь не играй!» Это лишь часть реплик, которые можно услышать на детской площадке. Да, родители должны оберегать малышей от неприятностей, но всегда ли это так необходимо? Все-таки ребенок — не кукла, не кусок глины, и во многом он творит себя сам, нравится

нам это или нет. Ему необходимо все узнать и все попробовать самому, а без набивания шишек это не получится. Лучше, если вы объясните ребенку, как надо поступать в той или иной ситуации, а не будете чрезмерно опекать его и запрещать все подряд. В противном случае он никогда не обретет самостоятельности и уверенности в себе, всегда будет действовать по вашей указке и останется инфантильным (и примеров этому предостаточно).

Возьмите себя в руки, наберитесь терпения и действуйте так, как одна замечательная мама, которая говорила сыну, когда он приходил с улицы: «Плохо гулял, раз пришел чистый!»

Чтобы дать малышу право на самостоятельность, родителям необходимо научиться отличать собственные интересы от желаний ребенка.



Папа очень хотел сделать своему пятилетнему сыну подарок. Он повел его в магазин игрушек. Там мальчик стал просить замечательную, на его взгляд, синюю машинку. Но папа, осмотрев ее, сказал, что машинка непрочная и быстро сломается. И предложил купить другую, намного дороже. «Но зато на нее приятно смотреть!» — восхищенно говорил он. Покупка состоялась. Отец был доволен, а ребенок, еле сдерживая слезы, тайком смотрел на понравившийся ему автомобиль. «Что же ты не благодаришь меня, сынок?» — удивленно спросил отец. Он не понял, что сделал так, как хотел сам, а сын лишь уступил его давлению. Ни радости, ни удовлетворения этот подарок мальчику не принес, потому что он не им был выбран. В данном случае проявился эгоизм отца по отношению к сыну. Ребенку было дано понять, что он еще маленький и сам ничего сделать не может. Кстати, отец к тому же нарушил данное сыну обещание. Ведь он повел мальчика в магазин для того, чтобы тот сам выбрал себе игрушку.

Подчас во многих семьях чрезмерная строгость, муштра диктуются интересами родителей, которым послушное дитя доставляет меньше хлопот. Ведь всегда удобнее, если ребенок тих, спокоен, сидит в уголке и никому не мешает, не отвлекает взрослых вопросами и просьбами поиграть. Но каким вырастет такой малыш? Будет ли он гармонично развитым, творческим человеком или останется на всю жизнь «забытым» и ограниченным?

Невидимые причины капризов

В возрасте до пяти лет вследствие недостаточного жизненного опыта и невозможности критического осмысления происходящего любая ситуация может стать для малыша сверхсильным раздражителем. Это и неправильное поведение родителей (ссоры и конфликты между ними, драки, агрессивность по отношению к ребенку, другим членам семьи или к домашним животным), и какие-то уличные впечатления.

Известно, что люди рождаются с разными типами нервной системы. Те, у кого сильный тип нервной системы, спокойны, не огорчаются из-за пустяков, устойчивы к разного рода неприятностям. Люди со слабой нервной системой более чувствительны, ранимы, они острее переживают житейские трудности.

Дети со слабой нервной системой чрезмерно возбудимы, у них повышена ответная реакция на различные внешние и внутренние раздражители. Например, некоторые дети очень сильно реагируют даже на незначительную боль: у них начинается истерика. Комочек в каше может вызвать рвоту, просмотренный на ночь страшный фильм — лишить сна.

Такого ребенка трудно остановить, если он капризничает. Постарайтесь успокоить его, отвлечь, а если заметили, что стрессовое состояние долго не проходит, обратитесь к невропатологу или психологу.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ МАЛЫШ КАПРИЗНИЧАЕТ?

Потакать ли его капризам?

Чтобы вырастить и воспитать ребенка, родителям часто приходится жертвовать личными делами, работой, финансами. Но надо различать, какие жертвы необходимы, а какие вредны, так как одна из бед «домашней педагогики» именно в том, что родители приносят ненужные жертвы. Стараясь дать ребенку лакомство, подчеркнуто предназначенное только для него, купить дорогую игрушку, еще одну обновку, вы балуете его и даете ему повод почувствовать себя «единственным и неповторимым». А это может привести к развитию эгоизма. Если малыш с малых лет привык быть в центре внимания, не иметь ни в чем отказа, это постепенно становится для него жизненной нормой. Он уже не понимает или не хочет понимать, что выполнение его желаний ущемляет интересы других людей — он все равно капризничает и настаивает на своем, ни с кем не считаясь.

Конечно, в семьях среднего достатка (и особенно в малообеспеченных семьях) все лучшее отдают детям, потому что нет возможности одинаково обеспечить всех членов семьи. Но стоит делать это так, чтобы ребенок не замечал, что ему отдают предпочтение. Подкладывайте ему самые вкусные кусочки незаметно, покупайте обновки, не акцентируя на этом внимания.

Чтобы ребенок не вырос жадным, с самого младшего возраста надо учить его делиться с товарищами игрушками, радоваться их успехам, рассказывать не только о себе, но и о них. Воспитывайте его так, чтобы он не был эгоистичным.

Если ваш малыш — единственный ребенок в семье, это сделать труднее. Он нередко становится избалованным, с пеленок привыкая быть в центре внимания. А если он еще и единственный внук у бабушек и дедушек, опасность воспитать его эгоистичным и капризным возрастает. Как правило, такое дитя развивается в тепличных условиях. Взрослые лишают его самостоятельности, и он вырастает не приспособленным к жизни. А начинается все в общем-то невинно, с таких вот разговоров: «Кого мы любим больше всех на свете? Конечно, Ванечку (Коленьку, Димочку и т. д.)! Кто у нас самый лучший? Конечно, он!» Проходит несколько лет, и оказывается, что для Ванечки самым любимым и дорогим только он и является.

В атмосфере излишней опеки единственные дети привыкают воспринимать заботу родителей как само собой разумеющееся. Они начинают чувствовать силу в своей слабости, злоупотреблять вниманием родителей и предъявлять к ним чрезмерные требования, становясь «маленькими деспотами». Им ни в чем нельзя отказать, иначе они впадают в истерику.

Всего этого можно избежать, если разумно строить систему воспитания.

Во-первых, родителям надо учесть, что любовь должна выражаться не только в нежности и ласке, но и в требовательности.

Требовательность — обязательный элемент правильного воспитания. Понимание, что в жизни существует не только «хочу» и «не хочу», но и «надо», следует прививать малышу с самых малых лет. Он должен руководствоваться не только своими желаниями, но и необходимостью того или иного для других членов семьи. Если ребенок с детства приучен выполнять предъявляемые к нему разумные требования, он быстрее привыкнет к условиям детского сада, к учебе в школе, вырастет волевым, организованным и дисциплинированным.



Когда детские «дай» и «хочу» начинают выходить за пределы разумного, они должны столкнуться с вашими «нет», «нельзя», «не разрешаю», и от этих первых запрещающих слов будет зависеть успех всей вашей системы воспитания.

Советую свои требования выражать в настойчивой, но спокойной и доброжелательной форме. Если вы будете только кричать на ребенка и постоянно одергивать его словами: «Не смей!», «Не беги!», «Не трогай!» — ничего хорошего из этого не выйдет. Окрики только нервнируют и раздражают малыша, но ничему его не учат.

Очень важно избегать оценочных суждений в адрес ребенка. Критиковать можно только отдельные его действия, а не ребенка в целом.

Во-вторых, надо помнить, что необходимым условием правильного воспитания является единство требований к ребенку. Нельзя, чтобы один из родителей разрешал то, что запрещает другой. Например, мама не пустила малыша гулять, а папа разрешил. Родители, узнав о противоречивости своих требований, начинают ругаться и дергать ребенка: «пойдешь», «не пойдешь» и т. д. Разнобой в требованиях мешает малышу твердо усвоить необходимость слушаться родителей и делает его капризным. Иногда противоречивость в требованиях может привести к приспособленчеству. Ребенок быстро поймет, кого из родных можно разжалобить, от кого добиться исполнения своих желаний, а с кем надо быть тихим и послушным. Со строгим папой он будет вести себя дисциплинированно, а с доброй мамой начнет «выкаблучиваться» и добиваться своего.

Очень плохо, если взрослые в присутствии малыша начинают спорить о правильности и неправильности его воспитания, обвинять друг друга в педагогических ошибках, чрезмерной доброте или суровости. В таком случае, с одной стороны, подрывается родительский авторитет, а с другой — из-за ссоры папы с мамой страдает ребенок. А ведь авторитет родителей всегда должен быть высоким, иначе успешное воспитание немислимо. Ваш ребенок верит, что его мама и папа самые лучшие. Не разрушайте его веру бессмысленными ссорами и взаимными упреками! Малышу мучительно слышать что-либо плохое об отце или матери, видеть их ругающими друг друга.

Если вы своим образом жизни подаете ребенку пример, а ваши требования к нему едины и вы всегда выполняете свои обещания, то ваш авторитет будет признан и это поможет вам избежать многих проблем.

Как реагировать на истерики

Мы уже рассмотрели возможные действия родителей в ситуациях, когда малыш капризничает.

Но у ребенка может начаться и самая настоящая истерика с приступами ярости, когда он швыряет все, что попадает под руку. От сильных слез, которыми малыш буквально захлебывается, он может даже упасть в обморок. Такие обмороки не наносят серьезного вреда здоровью ребенка, но все же их лучше не допускать: истерики надо стараться прекращать как можно быстрее, не доводя малыша до критического состояния.

При этом помните: подобные приступы — сигнал, что ребенок переживает сильнейший внутренний конфликт.

Поведение родителей во время капризов и истерик должно быть основано на трех принципах: попытаться понять, обозначить пределы допустимого поведения, проявить сочувствие.

Например, вы уже знаете, что малыш очень хочет быть самостоятельным и в то же время боится потерять заботу родителей. Противоречия терзают его, и это выливается в бурный отказ от всего, что ему предлагают, в капризы или истерику, даже в приступы ярости, когда ребенок бросает игрушки, толкает вас, дерется. Ми в коем случае не уступайте малышу но и не отвечайте грубостью на грубость. Оставаясь спокойными, поговорите с ним, как со взрослым, не думайте, что он этого не поймет. Спросите, что случилось, а исходя из его рассказа, попробуйте вместе с ним разобраться в ситуации и найти компромисс.

Объясните ребенку, что вы не можете согласиться с его требованиями, что всему есть границы и вы не собираетесь ему потакать. Одновременно покажите, что вы его очень любите и сочувствуете его переживаниям. Расскажите, что взрослые тоже не всегда могут делать то, что хотят. Пообещайте, что сейчас поиграете с ним в какую-нибудь интересную игру.

Когда четырехлетнего Максима укладывали спать, он всегда яростно сопротивлялся: вставал, ходил по комнате, играл. Родители вновь заставляли его ложиться. Кончалось это руганью и поркой. Почему мальчик так себя вел? Просто он таким странным способом старался привлечь к себе внимание папы и мамы. После наказания он успокаивался, но на следующий день ситуация повторялась. Родители все больше злились и раздражались, постоянно ругали и наказывали мальчика. Получался замкнутый круг: чем больше ребенок капризничал, тем больше его наказывали, чем больше его наказывали, тем больше он упрямился. Происхо-

дила самая настоящая домашняя война. Причем обычно в такой войне побеждают дети, затрачивая при этом намного меньше усилий, чем их родители. Малыши быстро понимают, как можно «довести» взрослых, и умело этим пользуются.

Некоторые родители считают, что капризного ребенка надо держать в ежовых рукавицах, иначе он натворит бог знает что. При этом они не учитывают, что нередко капризы ребенка связаны с тем, что ему не хватает понимания и душевного тепла.

Если ребенок отказывается спать, это может быть вызвано повышенной возбудимостью его нервной системы. Предложите малышу лечь спать с любимой игрушкой или расскажите ему сказку, спойте колыбельную.



Внутренние конфликты ребенка могут выражаться в своеобразной «регрессии». Он вдруг начинает плохо говорить, просит соску, требует кормления с ложечки. Не пугайтесь. Это типичная реакция детей дошкольного возраста на терзающие их противоречия. Таким способом ребенок как бы защищается от трудных и непонятных для него ситуаций. Примите во внимание эти состояния, но не приходите от них в ужас. Со временем регрессивные явления пройдут. Если же они остаются надолго, обратитесь за помощью к квалифицированному специалисту.

Попробуйте с юмором общаться с малышом. Научите его любить шутки и развлечения. В некоторых ситуациях можно беззлобно его поддразнить или посмеяться над собой. Смех может помочь вам справиться с капризами ребенка, избежать конфликтных ситуаций.

О родительской любви

Не бойтесь показывать малышу, что вы его любите. Некоторые родители думают, что нельзя откровенно выражать свои чувства к ребенку, иначе из него вырастет баловень и неженка. Все хорошо в меру. Есть разница между постоянным преувеличенным восхищением своим ребенком: «Ах, ты наш любименький, ты наш дорогой!» — и правдивым, естественным проявлением любви к нему. Вряд ли женщина поверит в

любовь мужчины, если не услышит слов признания. Почему же мы так боимся говорить детям о том, что любим их? Ведь они сами часто восклицают: «Мамочка, как я тебя люблю!» — не стесняясь своих чувств. Для малыша подтверждение того, что он любим, очень важно, особенно когда по каким-то причинам он находится в разлуке с родителями. В ходе многочисленных экспериментов было доказано, что дети, попавшие в больницу, лучше переносят разлуку с родителями и быстрее поправляются, когда уверены, что их любят, а не думают, что родители бросили их там в наказание за плохое поведение.

Пятилетняя Олеся капризничала и громко кричала каждый раз, когда ей что-нибудь не нравилось. При этом она топала ногами и швыряла ирешки. Ни успокоить, ни уговорить ее взрослые не могли. В конце концов родители решили поступить так: пусть девочка выплачется в одиночестве. Но, чтобы она не чувствовала себя отвергнутой, покинутой, мама ласково поговорит с ней и попытается объяснить, что все в семье ее любят и им очень неприятно слышать ее плач. Родители добились своего: Олеся поверила в родительскую любовь, стало меньше капризов, а со временем они совсем прекратились.

Несколько слов о способах выражения теплых чувств. Они могут быть вербальными и невербальными. Вербальный способ — это словесные выражения, невербальный — мимика и жесты. И тот, и другой очень важны. Некоторые родители считают, что, когда малыш подрастает, ему уже необязателен физический контакт с родителями. Однако данные экспериментов показывают, что в возрасте до пяти лет именно такой контакт необходим не только для эмоционального, но и для умственного развития ребенка.

КАК ОТВЛЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ КАПРИЗОВ

Один из способов справиться с детскими капризами и истериками — переключить внимание ребенка на что-то другое. Например: «Ой, какие большие слезы пропадают! Давай их в бутылочку соберем!» Или: «Смотри, на плече у тебя капризка сидит и плачет. Давай ее прогоним!» Можно отвлечь внимание малыша каким-то новым ярким предметом или предложить ему интересное занятие. Например, посмотреть с ним диафильм, мультфильм или почитать любимую сказку.

Можно предложить ребенку участвовать в выбранном вами занятии (в уборке квартиры, приготовлении пиццы и т. д.) либо вместе решить, что вы будете делать. А можно и самим подключиться к занятиям малыша. Перестать на время быть строгим родителем, стать равноправным участником какой-нибудь детской игры.

Например, поиграйте в семью. Возьмите себе роль ребенка, а ваш малыш пусть будет отцом или матерью. Играя роль взрослого, он будет использовать опыт, полученный в семье, и вы увидите себя как бы со стороны. А это иногда очень полезно!

Все три варианта общения весьма важны. Когда ребенок подключается к вашим делам, он ощущает свою нужность, приобщается к миру взрослых. Если вы вместе решаете, чем заняться, он приучается к демократическому общению: усваивает способы, как выбрать то, что нравится всем, а не ему одному. Играя же в детскую игру, вы сами учитесь понимать малыша, а ребенок чувствует свою значимость (ведь в играх он всегда главный, а родитель — лишь робкий ученик). Но самое главное, конечно, то, что во всех случаях ребенок получает удовольствие от совместного общения, чувствует родительскую любовь и сам становится более понимающим.



щим и нежным.

Потешки

Можно отвлечь и развеселить малыша народными потешками.

Пальчик-мальчик, где ты был? С этим братцем в лес ходил, С этим братцем щи варил, С этим братцем кашу ел, С этим братцем песни пел.

При этих словах взрослый перебирает пальцы ребенка: сначала большой, потом остальные.

Возьмите какую-либо мягкую игрушку, например, кошку, и, обращаясь к ней, шуточно грозя пальцем, говорите:

Киска, киска, Киска, брысь! На дорожку Не садись! Наша деточка Поидет, Через киску упадет!

На последних словах взрослый обнимает малыша и прижимает к нему кошку.

Ребенка может заинтересовать и стихотворение про зайчика:

Жил-был зайчик Длинные ушки. Отморозил зайчик Ушки на опушке. Отморозил носик, Отморозил хвостик И поехал греться К ребяткишкам в гости.

Попробуйте обыграть такое стихотворение о птичке:

Селаптичка на окошко, Посиди у нас немножко! Посиди, не улетай, Улетела. Ай!

В начале стихотворения показывается игрушка, а в конце (при слове «Ай!») она прячется. Можно показывать живую птичку, сидящую за окном.

Изобразите паровоз и этим развеселите ребенка. Содержание стихотворения «Паровоз» включает малыша в активную игру, двигательную и звукоподражательную.

Загудел паровоз И вагончики повез. Чох-чих, чу-чу! Я далеко укачу!

Стихотворение надо читать в четком ритме, протяжно пропевая последнюю строчку; подражая паровозному гудку. Можно встать, держась друг за друга, и, двигаясь по комнате в такт словам, вместе повторять: «Чох-чих, чу-чу! Чох-чих, чу-чу!»

Взрослый может изобразить коня, который стоит, качая головой, а потом отправиться в путешествие с малышом на спине.

Гоп! Гоп! Кош, живой, И с хвостом, и с гривой, Он качает головой! — Вот какой красивый! Ты залезь на коня И держись руками. Посмотрите-ка на нас — Уезжаем к маме.

Можно как бы «пободаться» с ребенком и рассмешить его потешкой:

Привяжу я козлика К белой березке. Привяжу рогатого К белой березке: Стой, мой козлик, Стой, не бодайся, Белая березка, Стой, не качайся.

Если в доме есть кошка, принесите ее ребенку и спойте такую прибаутку:

Как у нашего кота Шубка очень хороша. Как у котика усы Удивительной красы, Глаза смелые, зубки белые. Пошел котик на улочку, Купил котик булочку,

Самому ли съестъ,

Или Бореньке (Петеньке, Ванечке и т. д.) снести? Я и сам укушу, И Бореньке снесу.

Загадки

Загадайте ребенку загадки о животных, может быть, они его интересуют, и он забудет о своих капризах.

Вы ее найдете Летом в болоте. Зеленая квакушка, Кто это? (Лягушка.)

Хитрая плутовка,

Рыжая головка.

Хвост пушистый — краса!

А зовут ее...

(Лиса.)

Рано встает,

На дворе поет.

На головке гребешок,

Кто же это?

(Петушок.)

Она обычно не спешит, На спинке носит крепкий щит.

Под ним, не зная страха,

Гуляет...

(Черепаха.)

*Кто на елке, на суку
Все кричит: <<Ку-ку, ку-ку>?
(Кукушка.)*

*Бородой своей трясет, По лужайке бредет, «Дайте травки мне, Ме-е-ее».
(Козел.)*

*Не пойму я, Не пойму,
Кто мычит все время: «Му-у»? (Корова.)*

Игры

Очень хороший отвлекающий маневр для ребенка, который капризничает, — совместные игры. Некоторые из них я и хочу вам предложить. Это игры не только развлекательные, но и познавательные.

«Солнышко и дождик»

Игра для малышей 2—3 лет. Она учит детей обозначать один предмет с помощью другого. Так, стул или стол будет в этой игре домиком, в который надо спрятаться. Можно использовать в качестве домика круг, очерченный мелом, или угол комнаты. Водящий говорит: «На небе солнышко, можно идти гулять». Игроки прыгают, бегают, танцуют. При словах водящего: «Дождик начинается, скорей домой!» — дети должны разбежаться по своим домикам. Водящий хвалит тех, кто это сделал быстрее и более ловко.

«Утушка»

Взрослый в этой игре принимает роль утушки, а дети — утят, которые ходят за утушкой хвостиком. Утушка зовет утят скороговоркой:

Быстрой,быстрой, утятки, Быстрой, быстрой, дикие перышки.

Утенок (или несколько утят) выстраиваются друг за другом вслед за утушкой и ходят за ней по комнате, преодолевая различные препятствия — проползая под стулья, перелезая через диван и т. д. При этом можно предложить детишкам для большей достоверности подражать кряканью утят.

«Гуси летят»

Взрослый в этой игре водящий. Он называет различных птиц, которые летают: «утки летят», «гуси летят» и т. д. Дети после этих слов должны поднять руки и помахать «крыльями», если названная птица действительно летает. Но когда водящий говорит, например, «щуки летят», игроки стоят, не поднимая рук. Тот, кто ошибается, отдает водящему фант (принадлежащую ему вещь), а потом по требованию водящего выполняет какое-либо задание. В этой игре водящий называет только тех животных и птиц, которые известны детям, то есть задания должны соответствовать возрасту малышей.

«Прятки»

Можно поиграть в прятки, если в квартире для этого достаточно места. Дети обожают прятаться, и эта игра быстро развеселит капризничавшего малыша. Правила игры всем известны, я не буду их повторять, замечу только, что не надо стараться прятаться так, чтобы ребенок вас не смог найти, и находить его очень быстро тоже не сто-

ит. Поищите его, заинтригуйте, потом, найдя, сделайте очень удивленный вид, дескать, как же ты ухитрился так спрятаться, я тебя еле-еле нашла (нашел)!

«Чепена»

Веселая игра, напоминающая известную коллективную игру «Если весело живется, делай так...». Играющие становятся в круг, водящий — посередине. Если вы играете вдвоем с малышом, встаньте друг против друга. Вы будете чепеной — руководителем игры. Ребенок должен повторять все ваши слова и движения. А слова такие:

Левойногой, чепена, Гой, гой, чепена.

(Играющие повторяют слова и подпрыгивают на левой ноге.)

Правойногой, чепена, Гой, гой, чепена.

(Все то же самое, только подпрыгивают на правой ноге.)

Пойдемвперед, чепена, Гой, гой, чепена.

(Дети повторяют то же.)

Пойдемназад, чепена, Гой, гой, чепена.

(Играющие повторяют.)

Движения можно придумывать до бесконечности. Завершить все можно танцем:

Давайспляшем, чепена, Гой, гой, чепена.

«Платочек»

Игра на ловкость и внимание. Рекомендуется для двух и более участников. Играющие становятся в круг и водят хоровод (можно под музыку). По окончании музыки или просто в какой-то момент водящий подбрасывает вверх носовой платок. Задача других игроков — поймать его. Кто первым поймает платок, тот и выиграл!

«Молчанки»

Перед началом игры участники произносят какую-либо считалку, например:

Катилосьяблоко по огороду И упало прямо в воду... Буль!

После этого все должны замолчать. Ведущий старается рассмешить игроков разными движениями, словами, мимикой. Кто засмеется — тот проиграл. Он отдает ведущему фант, а потом по его просьбе выполняет какое-либо задание.

«Суша и вода»

Игра на реакцию. Она рассмешит и отвлечет ребенка от капризов. Руководит игрой ведущий. Им можете быть и вы, и ваш малыш. Можно привлечь к участию в игре и других членов семьи, например бабушку или братишку (сестренку) малыша.

Когда ведущий произносит слово «суша», игрок или игроки прыгают вперед, когда ведущий говорит слово «вода», игроки делают шаг назад.

По желанию задания можно менять. Например, не прыгать, если это не всем нравится, а поднимать руки, приседать, что-нибудь говорить. Слова ведущего также можно менять: «берег — река», «море — земля» и т. д.

«Поиски клада»

Спрячьте в комнате какую-нибудь сладость или игрушку. Заинтересуйте ребенка тем, что «клад» очень вкусный или очень приятный для него. Затем обрисуйте место, где его надо искать. Степень сложности задания зависит от возраста малыша. Не стоит прятать «клад» так, чтобы малыш, выбившись из сил, перестал его искать. Он должен найти спрятанное, и радость от сознания того, что он смог это сделать, будет огромна.

«Как тебя зовут»

Ведущий дает игроку или игрокам имена: Пуговица, Метла, Пузырек и т. д. После этого он задает игроку вопросы, на которые тот должен отвечать одним словом — своим игровым именем. Если участник ошибется или замнется, он проигрывает.

«Кузовок»

Для этой игры можно взять корзинку либо представить ее. Играющие должны как бы класть по очереди в корзинку разные предметы. Условие: названия предметов должны начинаться на одну букву. Например, кладем в корзинку все предметы на «а»: апельсин, азбуку, акварель, арбуз ит. д.

«Что это?»

Для этой игры вам понадобятся платок, игрушки или различные мелкие предметы. Участники игры по очереди завязывают глаза и на ощупь пытаются определить, что за предмет им дали. Предметы должны быть хорошо знакомы ребенку, чтобы он без особых усилий смог их отгадать. Ваша задача, наоборот, подольше подумать, сделать вид, что затрудняетесь с ответом. Сознание своего превосходства очень обрадует и развеселит ребенка.

«Море волнуется — раз...»

В эту игру можно играть вдвоем с ребенком или в компании. Водящий произносит слова: «Море волнуется — раз, море волнуется — два, море волнуется — три...» А дальше звучит задание: какую фигуру должен изобразить игрок, и в заключение: «Морская фигура, замри!» После этого водящий должен постараться рассмешить игроков. Тот, кто засмеется, становится водящим. Дети очень любят эту игру: с удовольствием выдумывают задания и изображают разнообразные фигуры.

«Угадай-ка»

Эта игра отвлекает малыша от его проблем, развлекает, а также развивает внимание и зрительную память. Взрослый показывает ребенку несколько предметов (не более 6—8, в зависимости от возраста). Потом он незаметно убирает один или два из них. Ребенок должен вспомнить, каких предметов не хватает. Вместо предметов можно использовать игрушки или картинки с изображениями.

«Что я загадал»

Водящий загадывает какой-либо предмет, находящийся в комнате. Его задача — описать этот предмет другому игроку, не называя его, но так, чтобы было понятно. Игрок должен отгадать, что загадал водящий. После этого они меняются местами.

«Жмурки»

Эта игра всем известна и не нуждается в подробном описании. Одному из присутствующих (взрослому или ребенку) завязывают глаза, и он ищет другого, пытаясь схватить его. Обычно дети любят быть в роли искомым, потому что их забавляет беспомощность взрослых.

«Снежный ком»

Эта игра тренирует память и развивает внимание. Играющие по очереди называют любые слова, которые приходят им в голову. Главное, чтобы это были названия предметов или животных (существительные). Когда первый играющий назовет слово, например «дом», второй должен сначала повторить его, а потом назвать свое слово. Следующий игрок повторяет все предыдущие слова и называет свое. Так продолжается до тех пор, пока кто-нибудь не собьется. Тогда можно начать игру сначала.

«Волшебные слова»

Взрослый выступает в роли водящего, который дает несложные команды другим играющим: «Поднимите, пожалуйста, руки! Встаньте, пожалуйста, на носочки!» Играющие должны повторить его команды, но при условии, что они будут звучать со словом «пожалуйста». Кто ошибется, тот выходит из игры.

Можно придумать игры с подручными средствами.

Если в доме есть обруч, посоревнуйтесь с ребенком, кто быстрее пролезет в него или пропрыгает в нем от стены до стены.

Используйте детскую скакалку и поиграйте в «лошадку». Малыш с удовольствием «запряжет» папу и побегаеет по квартире, держась за «поводья».

Если есть мяч, можно поиграть в футбол. Чтобы не разбить посуду, измените условия игры: с завязанными глазами надо сделать один удар по мячу. Это будет нелегкой задачей, так как сначала игроку завязывают глаза, потом кружат его на одном месте, и только после этого ему предоставляется возможность найти мяч и ударить по нему. А не нашел — проиграл!

Можно устроить соревнование с кеглями. Например, кто быстрее их соберет с завязанными глазами. Или выбивать их маленьким мячом — кто больше собьет.

Интересные игры-соревнования можно устроить и с другими предметами: теннисными шариками, игрушками, воздушными шарами, карандашами, веревочками и др.



Если в самый ответственный момент вы, как назло, не можете вспомнить ни одной игры или прибаутки, попробуйте их изобрести, ведь все гениальное очень просто!

Например, предложите ребенку пойти погулять и устройте соревнование «Кто быстрее оденется» или «Кто быстрее добежит до прихожей». Можно организовать игру

«Одень меня». Пусть ребенок одевает на прогулку вас, а вы — его. Вам надо играть роль неумелого ребенка и надевать все неправильно. Пусть малыш смеется над вами, главное — успокоить его, снять нервное напряжение.

Помните, даже самая хорошая игра не должна быть затяжной, только тогда она заинтересует и развеселит ребенка.

Выбирайте игры, соответствующие времени суток. Перед сном — спокойные, тихие; после сна — более шумные и подвижные.

Играйте с ребенком охотно. Если вы только делаете вид, что играете, а голова занята другими делами, он сразу это поймет, ведь дети очень чутки к фальши.

Малыш рисует

Капризного малыша можно отвлечь предложением порисовать вместе. Ведь в возрасте от 1 до 5 лет все дети очень любят это занятие. Оно способствует умственному и творческому развитию ребенка, приучает его к самостоятельности.

Предложите ребенку порисовать карандашами, фломастерами, красками, чернилами. Положите перед ним большой лист бумаги и нарисуйте что-нибудь сами. Я уверена, он не устоит и начнет рисовать вслед за вами. Ни в коем случае не относитесь к его художествам снисходительно-насмешливо, подбадривайте и хвалите его. И он увлечется этим интересным делом.

Если вам, дорогие родители, действительно хочется помочь малышу избавиться от капризов, чаще смотрите на мир его глазами, чтобы понять, какими он видит семью, вас, себя. Многие из нерешенных проблем станут более понятными, и вы избавитесь от трудностей в воспитании.

Глава 5. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ СЛУШАЕТСЯ

Многие родители сталкиваются с тем, что ребенок становится просто неуправляемым, все делает наоборот. Всякий контакт с ним приводит к скандалу. За скандалом следует наказание, за наказанием — взаимные обиды и потеря доверия. Эти проблемы растут, как снежный ком: родители кричат, и ребенок перестает слышать спокойную речь, родители жестоко наказывают, ребенок учится врать и изворачиваться. Есть родители, которые считают, что ребенка необходимо «сломать», иначе он «сядет на шею», избалуется. Их слово всегда, при любых обстоятельствах и любой ценой останется последним. Есть родители, которые пытаются предугадать каждый шаг своего малыша (который останется «малышом» и до 20 и до 30 лет), предупредить, защитить, оградить от всего. Есть такие, которые, столкнувшись с проблемами воспитания, машут на все рукой: «Делай что хочешь. Только потом не жалуйся. Это твоя жизнь». Все родители — эти и многие другие — желают счастья своим детям. Но далеко не всем удается сохранить с ними взаимопонимание, доверие и любовь. Эта книга не учит тому, как нужно воспитывать детей. Но она приглашает задуматься, какие мотивы заставляют ребенка быть непослушным, а какие порождают у взрослого желание наказывать, какие результаты могут дать те или иные методы воспитания. Выбор же остается за вами.

ПОЧЕМУ МАЛЫШ НЕ СЛУШАЕТСЯ

Что делать, если ваш малыш не слушается? Чтобы разобраться в этом, нужно постараться ответить на следующие вопросы:

Почему ребенок не слушается? Что он хочет этим сказать, чего добиться?

Как реагировать на то, что малыш не слушается? Наказывать? Отвлекать? Не обращать внимания?

Восьмимесячная девочка сидит за столом на коленях у мамы и тянется к горячей чашке. Мама говорит: «Нельзя!» Девочка руку убирает и тут же снова тянется к чашке. Мама шлепает ее по руке. Ребенок плачет.

Что произошло? Девочка, хоть и маленькая, но понимает слово «нельзя». И все же делает наоборот. Почему? Она начинает исследовать границы дозволенного, старается разобраться, почему чашку то можно взять, то нельзя, почему мама сейчас сердится, а в прошлый раз смеялась.

Стоит ли наказывать такую малышку? Она пытается понять причинно-следственные связи, изучает мир, а мама, вместо того чтобы быть защитой, вдруг сама, становится опасностью (ударила).

С какого же возраста ребенок может понять, за что его наказывают? Точно ответить на этот вопрос сложно, поскольку, с одной стороны, это довольно индивидуальный процесс, с другой стороны, нередко бывает трудно определить, что стоит за этим пониманием: интуитивная реакция на недовольное выражение лица взрослого и строгий тон или начало осознания. Вот, что думают на этот счет психологи.

Не надо прибегать к наказаниям раньше, чем ребенку исполнится 2,5—3 года. Ведь никому в голову не придет шлепать новорожденного младенца. Ребенок должен быть в состоянии понять цель наказания — научить его правильно вести себя. Он должен видеть наказание как результат каких-то своих неверных поступков, а не как проявление

ние злой воли. Ведь ваша задача не обидеть, а обозначить, что так-то и так-то делать не надо.

Что может сделать взрослый, чтобы сгладить след от обиды, оставшийся у малыша после наказания? Психологи рекомендуют иногда пошутить по поводу наказания и даже придумать какую-нибудь игру, чтобы ребенок тоже имел повод наказать вас. Если он почувствует, что и вы подчиняетесь этим правилам, он меньше будет сердиться, когда вы примените их к нему.

ВНИМАНИЕ! Если вы все же решили наказывать ребенка за тот или иной проступок, будьте последовательны.

Представьте себе такую ситуацию:

Мальш за завтраком вылил компот на стол. Мать, сдвинув брови, погрозила ему пальцем и отобрала чашку. За обедом мальш повторяет эксперимент. Но у мамы хорошее настроение, она смеется, целует его. За ужином — та же ситуация, но мама выходит из себя, выгоняет ребенка из-за стола, шлепает его.

Что в итоге? Мальш обижен. Он получил противоречивую информацию относительно правильности данного поступка. Он не может понять, в чем же его вина.



Здесь мне хотелось бы сделать еще одно очень важное замечание. Ругая ребенка, представьте себе, что это взрослый или даже вы сами попали в аналогичную ситуацию. Итак, вы в гостях опрокинули чашку. Или даже она соскользнула на пол и разбилась. Какой реакции вы ждете от окружающих: «Не страшно, со всеми бывает... На счастье! Чепуха, сейчас уберем». А теперь представьте себе, что вы услышите фразу, которую говорите в таких случаях своему ребенку: «Ну ты раззява! Руки, что ли, у тебя не оттуда растут? Ну и свинюшка у меня выросла! И т.д.». Обидно? Но почему же мы считаем, что детей можно обижать, а взрослых нет? Разве в этом отношении у них не равные права? Нет, не равные. Взрослый все-таки имеет большой опыт, а ребенок только учится. И это нормально, что у него что-то не получается, что-то ломается, проливается, бьется... Задумайтесь над этим.

Психологами были выделены четыре основные причины нарушения поведения детей, в том числе и их нежелания выполнять требования взрослых.

1. Недостаток внимания. Ребенок не получает того количества внимания, в котором нуждается. Родителям часто не хватает времени и сил, чтобы уделить время для игр, разговора, занятий с ребенком, но для того чтобы поругать или наказать, они

всегда его найдут.

Папа гуляет с двухлетним сыном. Мальчик играет в песочнице, вдруг берет горсть песка и кидает в отца. «Не делай этого. Нельзя!» Ребенок смеется и кидает снова. «Не делай этого, а то задам!» — повышает голос отец. Малыш повторяет еще раз. Отец с гневом выполняет свою угрозу.

Попробуем представить себе, что чувствует отец. Он обижен, недоумевает, почему ребенок так себя ведет. Еще ему стыдно, что другие родители, гуляющие во дворе, видели, что сделал его сын, и подумали, что ребенка плохо воспитывают. А потом видели, как он сынишку отшлепал, и подумали, что он плохой отец.

А что чувствует ребенок? Сперва он звал папу поиграть вместе, но папа разговаривал с соседкой. Потом кинул песок, и папа сразу перестал разговаривать и обратил на него внимание. Но вместо того, чтобы посмеяться вместе, накричал и отшлепал.

2. Борьба за самоутверждение. Непослушанием ребенок проявляет свою самостоятельность, свой выбор, протестует против чрезмерной родительской опеки. Это происходит в том случае, когда родители пытаются предупредить каждый шаг ребенка.

3. Желание отомстить. Мы порой не замечаем, что тот или иной наш поступок пошатнул веру малыша в нас, нанес вред доверию и чистоте наших взаимоотношений. Что-то пообещали и не выполнили, договорились никому не рассказывать, но тут же по телефону «А мой-то...» Несправедливо наказали, не выслушали его объяснения. И ребенок начинает действовать по принципу «Вы мне сделали плохо, и я вам».



4. Потеря веры в собственный успех. Если взрослые слишком часто повторяют ребенку, что он тушица, что у него кривые руки и что вообще он в жизни никогда ничего не добьется, ему ничего другого не остается, как только всем своим поведением подтверждать сложившееся о нем мнение.

Самое важное — понять, что ребенок делает что-то «не так» не «вам назло». Его поступок вызван вескими причинами, разобраться в которых — задача взрослого. Отечественный психолог Ю.Б. Гипенрейтер в своей книге «Общаться с ребенком. Как?» рекомендует родителям следующее:

Если вы раздражены, то, скорее всего, непослушание вызвано борьбой за ваше внимание.

Если переполнены гневом, то ребенок пытается противостоять вашей воле.

Если поведение ребенка вас *обижает*, то скрытая причина — *месть*.

Если вы находитесь во власти *безнадежности* и отчаянья, то ваш ребенок глубоко переживает свою *несостоятельность* и неблагополучие.

ВНИМАНИЕ! Если ваш ребенок не слушается, обратитесь к собственным чувствам!

ПОСЛУШНЫЙ РЕБЕНОК. КАКОЙ ОН?

Что, по-вашему, означает слово «слушается»? Что такое «послушный ребенок»? Могут ли взрослые предъявлять ему такое требование? «Вежлив, послушен, хорош, удобен, а и мысли нет о том, что будет внутренне безволен и жизненно немощен, — писал замечательный педагог Януш Корчак. — Все современное воспитание направлено на то, чтобы ребенок был удобен, последовательно, шаг за шагом, стремиться усыпить, подавить, истребить все, что является волей и свободой ребенка, стойкостью его духа, силой его требований и намерений...»

Послушный ребенок — гордость родителей. Он вырастет и станет послушным взрослым. Так ли это хорошо? Не скрывается ли за подобным воспитанием опасность вырастить человека, который не несет ответственности за свои поступки. Послушный ребенок не совершает произвольных поступков, не отвечает за свои действия — он только слушает, что ему говорят старшие, и выполняет это не потому, что считает нужным, а потому, что быть послушным — похвально.

Жалуются мама мальчика. Он пошел в первый класс, но никто не хочет с ним дружить. «Хороший, умный, послушный мальчик», — удивляется мама. Оказывается, дело в том, что ребенок любит, подняв руку, сообщить учительнице: «А у Маши кукла под партой. А вы сказали, что с игрушками на урок нельзя». Что стоит за ябедничаньем? Желание похвалы, стремление быть отмеченным учительницей, страх оказаться «непослушным», плохим...

Взрослым следует чаще задумываться, на что направлено их воспитание. Чего они добиваются, желая ребенку счастья? Что ждет их в будущем? Сможет ли ребенок, которого в детстве пороли, во взрослом возрасте понять своих родителей? Захочет ли поддерживать с ними отношения? Будет ли чутким тот, вокруг которого всегда были мамы-бабушки-тети, исполняющие любое желание и всегда все прощающие? Что делает человека нежным, внимательным, заботливым по отношению к близким людям? Только гармоничное воспитание. А это взаимопонимание с родными, это вера в то, что они всегда поймут и простят. Ребенок, для того чтобы правильно развиваться, должен чувствовать себя комфортно с родителями. Не бояться наказаний, а стремиться избегать дурных поступков, чтобы не огорчать близких. А если уж что-то случилось, суметь объяснить, попросить совета.

В психологии есть такой термин: «базовое доверие к миру». Это доверие формируется в раннем детстве, а закладываться начинает еще до рождения. Что значит «базовое»? То, что оно является фундаментом для развития у ребенка положительного отношения к действительности, чувства защищенности. Оно является гарантией того, что ребенок воспринимает окружающий мир с доверием, интересом, радостью. Многие черты характера, такие, как чуткость, смелость, оптимизм, любознательность и др., определяются наличием этого фундамента. К сожалению, слишком жесткое воспитание или гиперопека способны разрушить у ребенка это «доверие к миру».

КАК РЕАГИРОВАТЬ НА НЕПОСЛУШАНИЕ

Родители часто обращаются к психологу с вопросом: как им реагировать на непослушание ребенка? Существуют три основные тактики:

- **Игнорировать поведение ребенка** (не обращать на него внимания).

История, на мой взгляд, почти анекдотическая. Ко мне обращается за помощью молодая мама. Ее шестимесячная девочка просыпается ночью и плачет. В результате ночами не спят ни сама девочка, ни мама, ни папа. В чем дело? Может быть, малышка больна? Нет, оказывается, мама пыталась игнорировать поведение ребенка. Она не вставала, не подходила к детской кроватке, не укачивала, только сидела

рядом на своей кровати и тихо плакала от бессилия. На мой вопрос: «Почему же вы к ней не подходили?» — мама отвечала: «Ну вот еще. Привыкнет, будет думать, что я к ней все время подходить буду».

- **Отвлечь ребенка** (переключать внимание ребенка, показывая или давая ему что-нибудь интересное). Это один из самых распространенных способов, если дело касается совсем маленьких детей. Наказания к ним еще не применимы, т.к. они не могут установить причинно-следственную связь между своим действием и наказанием. Но бывают очень и очень упорны в достижении довольно опасных целей: залезть на стол, достать чашку с горячим чаем и пр.

- **Наказывать** (шлепать, ругать, ставить в угол и пр.). О наказаниях хотелось бы поговорить более подробно.

Определив причину непослушания, задумайтесь: можно ли решить проблему мирным путем (иногда достаточно просто пересмотреть ваши взаимоотношения). И в этом случае очень важно определить, насколько правомерны ваши требования. Не нарушают ли они права ребенка? Возможно, многих родителей удивит, о каких, собственно, правах такого малыша может идти речь. Ведь он беспомощен, еще ничего не знает и не умеет, полностью зависит от нас и является нашей собственностью. Все верно, но тем не менее это не так. Еще Януш Корчак писал о правах ребенка и в качестве основных выделял следующие три:

1. Право ребенка на смерть.
2. Право ребенка на сегодняшний день.
3. Право ребенка быть тем, что он есть.

«Страх за жизнь ребенка соединен с боязнью увечья, боязнь увечья сцеплена с чистотой, залогом здоровья; тут полоса запретов перекидывается на новое колесо: чистота и сохранность платья, чулок, галстука, перчаток, башмаков. Дыра уже не во лбу, а на коленках брюк. Не здоровье и благо ребенка, а тщеславие наше и карман. Новый ряд приказов и запретов вызван нашим собственным удобством», — писал Корчак. И на самом деле, оглянитесь вокруг.

Вот мама привела дочку в новеньких джинсах и новенькой футболке на детскую площадку. Обе нарядные, счастливые, довольные. Проходит пять минут, и мамино лицо искажает гримаса гнева: «Маша, не лезь на горку, у тебя чистые брюки. Маша, я кому сказала! Поди сюда! Ну, вот, уже испачкалась, дрянь такая! Ну-ка, быстро пошли домой!» И таких случаев превеликое множество. Но разве можно говорить о том, что ребенок не слушается? Если он пришел играть и играет, а не стоит столбом возле мамы.

Итак, первый вопрос: правомерны ли ваши требования? Вопрос второй: возможно ли воспитать ребенка, избегая наказаний?



Вопрос третий: если стоит наказывать, то как, в каких случаях, пользуясь какими методами?

Ни для кого не секрет, что наше отношение к детям, методы воспитания, и наказание в частности, во многом обусловлены семейными традициями. Как часто слышишь от родителей фразы: «Меня воспитывали в строгости, и мой ребенок не вырастет избалованным»; «Я всегда слушалась маму, и моя дочь обязана меня слушаться» и т.д.

Бывает и иначе. Взрослый человек с неприязнью вспоминает родительский дом и считает, что у него-то все будет наоборот. Например, в легендарной семье Никитиных далеко не все дети придерживаются отцовских методов воспитания: закаливания, раннего развития и т.д. В одном из интервью кто-то из детей с горечью заметил, что их семья была в свое время настолько популярной, что к ним ежедневно приходили делегации, журналисты, ученые; и они очень страдали, чувствуя себя «подопытными кроликами». Впоследствии, создавая свой дом, одни стремились продолжить дело отца, а другие хотели стать как можно более незаметными, чтобы у них была «обычная семья».

Иногда родители планируют воспитать ребенка так, чтобы устранить в нем свои собственные недостатки. Папа думает: «Вот я с детства недостаточно занимался спортом, но мой сын непременно будет физически развит». При этом никого не беспокоит, что у мальчика может быть папина конституция, и занятия спортом окажутся для него очень тяжелы. При этом я говорю не о том, что заниматься не надо, но не стоит требовать и наказывать в тех случаях, когда ребенок не способен соответствовать вашим сверхожиданиям. Предоставьте ему право быть тем, кто он есть.

Во всех приведенных выше случаях влияние семьи очевидно.

По тем или иным причинам большинство родителей сходятся во мнении, что, если ребенок не слушается, его надо наказывать.

Но возможно ли воспитать ребенка, избегая наказаний? А если стоит наказывать, то как, в каких случаях, какими методами?

НАКАЗАНИЯ

Чаще всего по отношению к ребенку взрослые используют следующие виды наказания:

- физическое наказание (порка, подзатыльники, таскание за волосы и т.д.);
- наказание изоляцией (стояние в углу, запираение в комнате, ванной, туалете, чулане, отказ от контакта и пр.);
- словесное наказание (угрозы, унижение);
- наказание трудом;
- наказание лишением удовольствия. Разберем каждый вид наказания по отдельности.

О физическом наказании

В раздевалке детского сада одна мама с ужасом спрашивает другую, отвесившую только что дочери подзатыльник за то, что та долго копается: «Что вы делаете? Так же нельзя!»

«А вы, что, свою не наказываете?» — с удивлением отвечает та.

Получается, что для одних неприемлемо, то для кого-то в порядке вещей.

В семьях, где физическое наказание — популярнейший метод воспитания, дети находят различные пути адаптации к таким жестким условиям. Например, начинают вымещать обиду на тех, кто слабее — младших детей, животных, иногда игрушках.

Еще один вариант адаптации описывает писатель Владислав Крапивин в книге «Журавленок и молнии». Мальчик перед встречей с отцом, который его регулярно порол, принимал аналгин. «Чтобы не так больно было» — а на самом деле, чтобы не чувствовать себя настолько беспомощным, чтобы создать иллюзию, что он хоть как-то может эту ситуацию изменить.

В результате для одного человека то, что его пороли, становится оправданием рукоприкладства по отношению к своим детям: «Меня били, и я вырос порядочным человеком!» Другой, сохранивший горечь обиды после перенесенного в детстве телесного наказания, никогда, ни под каким предлогом не позволит себе ударить ребенка.

Вот с какими чувствами вспоминает свою первую встречу с физическим наказанием писатель В. Крапивин: «А еще я вскоре после того случая ощутил, что испытываю рвотное отвращение, когда вижу насилие: когда бьют мальчишку или девчонку, хлещут уставшую лошадь, мучают кошку, собаку или птицу».

Реальность такова, что зачастую физическое наказание становится не столько «воспитательной мерой», сколько проявлением жестокости по отношению к детям.

Увы, нередки случаи, когда поведение родителей решительно противоречит их роли, когда они совершенно пренебрегают детьми, подвергают их насилию, оскорбляют.

В ряде исследований зарубежных психологов отмечалось, что в Соединенных Штатах и Западной Европе жестокое обращение с детьми встречается с частотой, вызывающей беспокойство: от 1 до 2 миллионов людей в детстве подвергаются насилию или угрозе применения оружия со стороны родителей (Парк и Колмер, 1975; Парк и Слейби, 1983). Большинство опрошенных родителей (73%) признались, что прибегали к той или иной форме насилия по отношению к детям 3—17-летнего возраста, били, пугали оружием или ножом, наказывая ребенка, Матери несколько чаще отцов шлепали или били детей, в особенности сыновей; но более жестокое наказание равным образом применяли и отцы, и матери. Жертвами столь опасных действий в оди-

наковой степени были и дочери, и сыновья (Желе, 1979).



ВНИМАНИЕ! Если родители считают возможным причинить ребенку боль в виде дисциплинарного средства, то они достаточно легко могут преступить черту и перейти к жестокости.

Психологами был проведен эксперимент, в котором отношения между родителями и детьми наблюдали непосредственно в семьях трех типов: а) семьи, где хотя бы по отношению к одному ребенку проявляли жестокость; б) семьи, в которых родители относились к ребенку равнодушно, занимали позицию полного пренебрежения (например, очень плохо кормили); в) семьи, где не было ни случаев жестокости, ни равнодушия по отношению к детям (контрольная группа). Образовательный уровень и доходы в этих семьях были равными. Улыбка, похвала, эмоциональный контакт между членами семьи считались положительными признаками поведения. К отрицательным отнесли критичность, сарказм, неодобрение и гнев. В семьях, где были приняты жестокость и равнодушие, родители проявляли по отношению к детям больше отрицательных признаков поведения, чем родители в контрольной группе. Дети в семьях, где родители занимали позицию отстранения, чаще конфликтовали с родителями, братьями и сестрами, чем дети в контрольной группе; дети, к которым применяли жестокость, не слушались родителей, у них чаще наблюдалось агрессивное поведение по отношению к другим детям (Берджес и Конджер, 1978).

Некоторые исследователи полагают, что избивание ребенка следует за конфликтом между мужем и женой, когда озлобленность против супруга изливается на относительно беззащитного ребенка (Парк и Слейби, 1983).

К тому же, если проанализировать ситуации, когда родители прибегают к физическому наказанию, то в большинстве случаев за благовидной целью «воспитания» скрывается неумение взрослого управлять своими эмоциями, справляться со своим раздражением, гневом, жестокостью.

Не наказывайте ребенка сгоряча, постарайтесь сначала «остыть», успокоиться, проанализировать глубину поступка, выбрав адекватное наказание.

О наказании изоляцией

Во многих школах и семьях в качестве наказания используют так называемый «тайм-аут», когда ребенка на короткий период исключают из общих занятий, и никто из детей и взрослых в это время не обращает на него внимания. Такой метод надо применять спокойно, объяснив ребенку причину наказания. По мнению некоторых исследователей, подобная мера воздействия не наносит ребенку ни физического, ни эмоционального вреда (Хокинс, 1977; Парк, 1977).

Но вряд ли можно судить о возможных последствиях столь однозначно. Дети, которые участвуют в наказании своего товарища, не могут так или иначе не сопереживать ему. Одним наказание другого приносит радость, других огорчает. Кроме того, детям свойственно подражать поступкам взрослых, и вот уже они сами объявляют бойкот тому, кого чаще других наказывает воспитатель. Для них — «выключить из игры» становится самым распространенным способом проявления жестокости. Здесь нельзя не вспомнить известную повесть В. Железняка «Чучело», в финале которой Железная Кнопка кричит «Тогда я сама всем! Всем! Объявляю бойкот!»



Ученик 1-го класса, отвечая на вопрос: «Что для тебя страшнее всего?», написал, что самое страшное для него, когда мама с ним не разговаривает.

Кроме того, не нужно забывать об индивидуальных различиях детей. Если в изоляции оказывается ребенок, страдающий боязнью замкнутого пространства (клаустрофобией), то такое наказание превращается в самую жестокую пытку и может спровоцировать нервный приступ и другие тяжелые последствия.

О словесных наказаниях

Казалось бы, этот вид наказаний можно считать наиболее мягким, не приносящим большого вреда. И трудно представить родителя, который бы ни разу в жизни не крикнул на ребенка, не обозвал его, не выругался в его адрес. (Но мне лично хотелось бы верить, что такие родители есть.)

И все-таки. Мы имеем дело в первую очередь с аффективной реакцией, а никак не воспитательной мерой. Мы кричим и ругаемся из-за того, что у нас неприятности на работе, или болит голова, или нам наругали в магазине. Просто из-за того, что не можем сдержаться. А следовало бы. Потому что никакой воспитательной роли фразы вроде: «Опять все испортила!», «Все из-за тебя!», «Вечно ты...» сыграть не могут. Они вызывают у детей либо ответное озлобление, отрицание, агрессию, либо подавленность, уныние, разочарованность. Ведь взрослый является для ребенка огромным ав-

торитетом. И все, что он произносит, воспринимается как истина в последней инстанции. Дети принимают на веру все наши высказывания, они думают: «Наверное, я и вправду «мамино горе», «идиот», «тупица» и тому подобное, и вряд ли в самом деле выйдет из меня что-нибудь путное». То есть у ребенка формируется заниженная самооценка, которая, в свою очередь, порождает новые проблемы.

В одной семье симпатичной девочке «в целях воспитания» изо дня в день говорили, что она уродина. Она так к себе и относилась, стеснялась себя. Отсюда согрбленные плечи, испуганный взгляд. Впоследствии — несчастливая семейная жизнь, в которой взаимоотношения с мужем строятся по принципу «кому я еще такая могу быть нужна». И глубокая печаль родителей: отчего же так доченьке в жизни не везет...



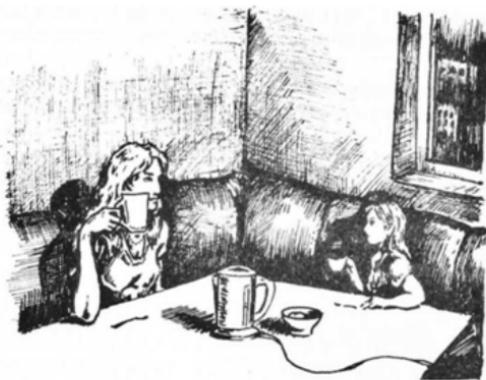
ВНИМАНИЕ! Старайтесь почаще обращать внимание на положительные качества ребенка. Хвалите его. Тем самым вы создадите дополнительную мотивацию для того, чтобы малыш руководствовался девизом: «Буду делать хорошо и не буду — плохо».

Кстати, частые угрозы, не приводимые в исполнение, сводят авторитет родителя на нет.

И еще небольшое дополнение. Психологи рекомендуют родителям как можно чаще вспоминать себя в детстве и рассказывать об этом своим детям. При этом вспоминайте все как есть, не приукрашивайте и тем более не лгите.

Обычно дети с большим интересом слушают такие рассказы. И это очень полезный воспитательный момент. Ребенок соотносит свои ошибки и неприятности с ва-

шими и понимает, что он не одинок в этом, что он не самый плохой, не самый большой неудачник и т.д. И чувствует вашу поддержку и понимание. У детского писателя Александра Раскина есть такая замечательная книга «Как папа был маленьким». Она родилась из историй, которые писатель рассказывал своей больной дочери о своем детстве. Вот что он пишет: «Ей понравилось, что папа тоже был маленьким, тоже шутил и не слушался и его тоже наказывали. Я выбирал истории посмешнее, ведь нужно было развеселить больную девочку.



И еще я старался, чтобы моя дочка поняла, как нехорошо быть жадным, хвастушкой, зазнайкой. Но это вовсе не значит, что я сам всю жизнь был таким. Просто я старался вспоминать только такие случаи. А когда мне их не хватало, я брал их у других знакомых пап. Ведь каждый из них тоже был когда-то маленьким».

Прочитайте эту книгу вместе со своим ребенком, и, может быть, многие проблемы решатся сами собой и не придется никого наказывать.

О наказании трудом

«За то, что получил двойку, будешь всю неделю мыть посуду», «раз ты подрался с сестрой, сядь и прочти 20 страниц» — как часто родители прибегают к подобным наказаниям, применение которых приводит к тому, что ребенок лишается произвольности в наиболее значимых для человека сферах: труде, учении, познании, принося ему огромный вред. Если вы приучили малыша читать из-под палки, если это занятие превратилось для него в наказание, то он никогда не сядет за книгу сам. Если работа по дому для него — плата за проступок, то он вряд ли когда-нибудь предложит вам свою помощь.

ВНИМАНИЕ! Ни в коем случае не стоит наказывать ребенка тем, что он должен делать добровольно, от чего человек может и должен получать радость.

Подобные наказания могут на всю жизнь закрепить негативное отношение к труду, учебе, чтению.

О наказании лишением удовольствия

Гипенрейтер в книге «Общаться с ребенком. Как?» советует родителям в тех случаях, когда наказания не избежать, придерживаться одного очень важного правила: «Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое». Задумайтесь над этим! Найдите в жизни ребенка то, что для него особенно важно. Лучше всего, если это будет какая-то ваша совместная деятельность. Прогулка в выходные, катание на велосипедах, вечерняя сказка и пр. Ю.Б. Гипенрейтер называет это



«золотым фондом радости». И если ваш ребенок не слушается или совершил какой-то проступок, то удовольствие на этой неделе или в этот день отменяется.

ВНИМАНИЕ! Будьте справедливы к детям. Не злоупотребляйте подобными наказаниями, применяйте их, только если случился поступок действительно ощутимый, действительно вас огорчивший.

НАКАЗАНИЕ СПРАВЕДЛИВОЕ И ДЕЙСТВЕННОЕ



Обязательно объясняйте детям, за какой поступок они наказаны и почему. Ребенок доверяет вам и верит в вашу справедливость. Если у него остаются какие-либо сомнения относительно того, за что же его наказали, то это может подорвать ваш авторитет. В то же время мне хотелось бы удержать вас от излишнего морализирования. Если по каждому поводу вы будете читать ребенку многочасовую лекцию, то он просто сочтет вас занудой.

ВНИМАНИЕ! Постарайтесь не забывать о том, что пример родителей очень важен для ребенка. Если вы учите его одному, а сами делаете противоположное, не стоит ждать от него выполнения ваших требований.

Известный психолог Алан Фром в книге «Азбука для родителей» перечисляет некоторые опасности, которые всегда таятся там, где применяются наказания:

1. Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его. Один поступок заменяется другим, по-прежнему остающимся неправильным, еще более вредным для психического здоровья ребенка.

2. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отвергнутым и нередко начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям.

3. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям, и это породит в его сознании чудовищную дилемму. С одной стороны, родители — взрослые, против них восставать никак невозможно, с другой — он еще слишком зависит от них, чтобы извлекать пользу от своей вражды, не говоря уже о том, что он все-таки любит своих родителей. И едва в нем объединятся эти два чувства — любовь и ненависть, — как сразу же возникнет конфликт.

4. Частые наказания так или иначе побуждают ребенка оставаться инфантильным. Обычно его наказывают за какую-нибудь ребяческую проделку. Например, за то, что он намочил или испачкал штаны, непроказил, и прежде всего за недозволенное, чего делать нельзя. Но желание достичь запретного не пропадает, и ребенок решает, что, пожалуй, не стоит от него отказываться, если можно расплатиться всего лишь наказанием. То есть он может делать все, что захочет, а, рассердив родителей, терпит нака-

знание, чтобы расплатиться, очистить совесть и продолжать поступать в том же духе — и так до бесконечности.

5. Наказание может помочь ребенку привлечь к себе внимание родителей. Детям нужна прежде всего родительская любовь, но, не получая ее, они часто согласны на такую жалкую ее имитацию, как простое внимание. А привлечь внимание родителей порой гораздо легче, делая какие-нибудь глупости, чем оставаясь все время добрым и послушным.

ВНИМАНИЕ! Никогда не наказывайте ребенка в порыве ярости. Наказание всегда должно следовать за проступком, но никогда не должно превышать степени проступка.

К сожалению, в жизни встречаются ситуации, когда родители, которые в принципе против физических наказаний, срываются, бьют детей. Но неизвестно, для кого это становится большей трагедией. Для ребенка или же для взрослого, который в этом случае теряет уважение к себе.

В одной популярной телепередаче писательница Мария Арбатова рассказывала о таком случае из своей жизни. Ее дети ушли из дома с утра, а появились поздно вечером, когда она уже всех знакомых на ноги подняла, все соответствующие инстанции обзвонила. И Арбатова в сердцах их выдрала. Но потом испытывала жгучее раскаяние, готова была в суд на себя подать за то, что нарушила права человека, права собственных детей. А один из сыновей, к моменту передачи ставший уже солидным юношей, с удивлением сказал: «Мам, да я и забыл об этом».

ВНИМАНИЕ! Если вы наказали ребенка, не сдержавшись, под горячую руку, не стесняйтесь попросить у него прощения! Это только поднимет ваш авторитет. И особенно это касается тех ситуаций, когда вы знаете, что были не правы. Не откладывая ни на секунду, объясните ребенку, что произошло.

Но для этой рекомендации есть одно очень важное предостережение. Некоторые родители начинают злоупотреблять подобным поведением. То есть наказывать сгоряча, а затем бурно мириться. Это свойственно вспыльчивым, истеричным людям. Примирение создает иллюзию взаимопонимания, но, к сожалению, еще больше расшатывает нервы родителям и детям. Ребенок опять-таки быстро адаптируется и начинает использовать эту ситуацию для своей выгоды. Например, использует момент примирения, чтобы добиться того, что в обычной ситуации ему не разрешат.

И еще один важный аспект. Наказание должно быть индивидуальным, то есть учитывать психологические особенности ребенка. Не стоит рассчитывать на то, что даже в границах одной семьи наказание окажется одинаково действенным и справедливым для младшего и старшего ребенка. То, что подходит для старшего, может оказаться для младшего непонятно и, следовательно, несправедливо.

Однажды ко мне обратилась за советом мать двоих детей (мальчики — 3,5 и 4,5 года): «Что мне делать? Если дети совершают один и тот же проступок, я их наказываю — запрещаю смотреть любимые мультки. Но при этом один переносит это спокойно и с пониманием вины, быстро отвлекается, находит себе другое занятие, а другой начинает плакать, кричать, требовать и не успокаивается иногда несколько часов подряд».

Что можно посоветовать в этой ситуации? Подбирать наказания индивидуально, но так, чтобы это различие не становилось дополнительной обидой для детей. Для од-

ного ребенка наказание лишением мультиков, вероятно, было достаточным. Мальчик осознал проступок, и то, что он занимается чем-то другим, не должно вводить родителей в заблуждение относительно слишком мягкого наказания. Не забывайте, что ваша цель — не обидеть ребенка, а только обозначить его неправильный поступок.

Всем когда-нибудь приходится наказывать своих детей, даже тем, кто считает, что этого делать нельзя. Поначалу может показаться, будто мы прибегаем к наказаниям, чтобы заставить детей повиноваться и исправиться, но, если разобраться, по существу, мы чаще всего проявляем таким способом наше нетерпение и наш гнев.

Ваш ребенок уже самостоятельная личность. И неважно, сделал он первые шаги или сдал выпускные экзамены. И в том и в другом случае он имеет право на собственные ошибки, собственный жизненный опыт. «Естественное следствие непослушания — это один из видов наказания, исходящий из самой жизни, и тем более ценный...» — пишет Ю.Б. Гипенрейтер. Этот метод был очень популярен и в семье Никитиных. Они рекомендуют родителям в минимальном, но все же ощутимом размере дать ребенку на собственном опыте убедиться, что иголка острая, а утюг горячий. Конечно, такой метод невозможно применять относительно всех существующих запретов. Но в ряде случаев он очень хорошо действует. Его преимущество в том, что ребенок учится приобретать негативный опыт без обид, непосредственно запоминая и делая выводы о сути некоторых опасных вещей и явлений. И в такой ситуации не проявляется феномен «запретного плода», когда то, что родители запрещают, только усиливает любопытство ребенка. Кроме того, у ребенка развивается сфера произвольности. Он сам совершает поступки и сам несет ответственность за их последствия.

ВНИМАНИЕ! Если ваш ребенок столкнулся с естественным следствием непослушания, ни в коем случае не «злорадствуйте»: «Я так и знала!», «Вот, я же тебе говорил!» Всегда старайтесь быть опорой для ребенка, найти слова утешения и поддержки.

И в заключение хотелось бы напомнить, что родители должны воспитывать не только детей, но и самих себя. Какими же надо быть взрослым, чтобы не провоцировать своего ребенка на еще большее непослушание:

- Быть терпеливыми. Это самая большая добродетель, какая может быть у родителей.
- Уметь объяснять ребенку, ПОЧЕМУ его поведение неправильно, по при этом избегать занудства, быть предельно краткими.
- Уметь отвлечь, предложить ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему сейчас хочется.
- Не торопиться с наказаниями.
- Уметь выражать благодарность ребенку за те хорошие поступки, которые он совершает. Награждайте его. Награды более эффективны, чем наказания. Если вы похвалили ребенка за хорошее поведение, вместо того чтобы считать его обычным, то одно это пробудит в нем желание поступать так и дальше, чтобы еще раз услышать вашу похвалу. Даже если понадобится больше времени, таким образом вы сможете изменить поведение своих детей совершенно безболезненно по сравнению с тем вредом, который принесет наказание.

Глава 6. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЛАДИТ С БРАТОМ ИЛИ СЕСТРОЙ

ПОЧЕМУ ДЕТИ ССОРИТСЯ

Если в вашей семье несколько детей, проблема их взаимоотношений не может вас не волновать. Как практикующий психолог, я могу с полной уверенностью утверждать, что нет такой семьи, в которой родителям не приходилось бы решать конфликты между братьями и сестрами.

К сожалению, взрослые далеко не всегда оказываются на высоте. На детские ссоры они реагируют криком, наказывают, не разобравшись в ситуации.

Между тем стоит только родителям проанализировать причины то и дело вспыхивающих детских ссор, как они смогут сделать множество открытий, например, такое: многие детские ссоры возникают (затягиваются) по вине самих родителей, которые не умеют предотвращать и сглаживать конфликтные ситуации.

Предлагаю проверить: умеете ли вы быть семейным дипломатом?

Тест «Я и мои дети»

- Ваши дети поссорились из-за новой игрушки. Ваши действия:
 - не раздумывая, накажу обоих: пусть сами решают свои проблемы;
 - активно вмешаюсь в их ссору, пригрожу наказанием;
 - постараюсь разобраться, что могло послужить причиной ссоры.
- В вашей семье несколько детей. Есть ли среди них любимчики:
 - стараюсь относиться к ним одинаково;
 - да, это младший (старший), ведь он требует повышенного внимания;
 - не думаю, что этот вопрос так важен.
- Как вы относитесь к ссорам между вашими детьми:
 - из-за них теряю терпение;
 - как правило, не вмешиваюсь в детские конфликты;
 - стараюсь, чтобы причин для ссор было как можно меньше: по-моему, так лучше для всех.
- Допустим, вы совершили какой-либо неправильный поступок по отношению к своим детям. Сможете ли вы попросить у них прощения:
 - ни за что: если я попрошу прощения, это подорвет мой авторитет;
 - думаю, что, если в случившемся есть моя вина, попросить прощения и исправить недоразумение надо обязательно;
 - я не знаю, будет ли это правильно...
- Ваш сын упрекает вас в том, что его вы любите меньше, чем младшую сестренку-грудничка. Что вы ответите на это заявление:
 - не могу ничего на это ответить, поскольку подобных ситуаций у меня не возникало;
 - когда ты был маленьким, я относился (относилась) к тебе точно так же;
 - чем выдумывать всякую ерунду, лучше помоги мне перепеленать ее!
- Согласны ли вы с утверждением, что не стоит вмешиваться в детские ссоры:

а) да, я полностью разделяю это утверждение: пусть разбираются сами и учатся самостоятельности;

б) обязательно вмешиваюсь в каждую из них: я — глава семьи, и мое слово — закон;

в) соглашусь с тем, что мое вмешательство нужно, но вместе с тем надо давать детям возможность решать свои проблемы самостоятельно.

7. Можете ли вы с чистым сердцем сказать: «Мои дети любят друг друга»:

а) безусловно;

б) не уверен (уверена) в этом на все сто процентов;

в) к сожалению, нет.

Ключ к тесту

	1	2	3	4	5	6	7
а	3	1	3	3	1	2	1
б	2	2	2	1	2	3	2
в	1	3	1	2	3	1	3

ЕСЛИ ВЫ НАБРАЛИ ОТ 7 ДО 10 БАЛЛОВ, ваши отношения с детьми вполне благополучные (или близкие к тому, чтобы ими стать). Конечно, без ссор между детьми в вашей семье не обходится, по их гораздо меньше, чем в большинстве других семей. Остается продолжать в том же духе и не терять доверие, которое существует между вами и вашими малышами.

ЕСЛИ ВЫ НАБРАЛИ ОТ 11 ДО 13 БАЛЛОВ, вас можно упрекнуть в нерешительности и желании пустить все на самотек. Если вы не измените своего поведения, то можете не дожидаться исполнения мечты о дружной семье, где каждый готов помочь другому, способе) сочувствовать и сопереживать.

ЕСЛИ ВЫ НАБРАЛИ ОТ 14 ДО 21 БАЛЛА, вы слишком активно берете на себя роль старшего, который должен вмешиваться во все дела детей, не давая им действовать самостоятельно. Вам кажется, что достаточно сказать веское слово взрослого человека, и все конфликты, которые неизбежно возникают между детьми, решатся сами собой. Эта в корне неправильная позиция неизбежно повлечет за собой поистине трагические ошибки. Пока не поздно — исправляйтесь. Начните с себя.

Ни в одной семье, в которой двое и больше детей, без ссор между малышами не обходится. Все это знакомо мне не понаслышке: конфликты между детьми возникали и в моей семье, и 15 семьях моих знакомых. Конечно, они оставляют неприятные ощущения. Кажется, что вы на бешеной скорости мчитесь на карусели и голова идет кругом: дети постоянно перекалдывают друг на друга ответственность за ссоры, вы стараетесь разобраться в происходящем, по только-только успеваете потушить конфликт, как он вспыхивает с повой силой. И все начинается снова.

В таких ситуациях очень трудно играть роль миротворца, быть объективным и справедливым, особенно когда нервы из-за событий текущего дня и так находятся на пределе. Как часто хочется в сердцах накричать на зачинщика ссоры, а то и на обоих детей, не разобравшись, кто виноват. Да и желание «приложить руку» тоже, бывает, появляется...

А теперь возьмите толстый красный карандаш и зачеркните предыдущий абзац. Забудьте обо всех этих «трудно» и «хочется» — если вы всерьез

озабочены проблемами детей, это не для вас. Прежде чем дать выход своему гневу, попробуйте разобраться в причинах ссоры.

Открою вам секрет: в основном все ссоры между детьми возникают из-за того, что они что-то не поделили. Вопрос только в том, что именно: яркую интересную игрушку, книжку с красочными картинками или... ваше внимание.

«Значит, — спросите вы, — достаточно будет всего лишь справедливо разделить между детьми все то, из-за чего может возникнуть ссора, и повод для нее исчезнет?» Если бы все было так просто...

Как поделить игрушки

Ситуация, которую я сейчас опишу, встречается очень часто, фактически — в каждой семье. К тому же она имеет неприятную тенденцию с завидным упорством повторяться.

Все начинается вполне мирно: мама занимается домашними делами, а дети рядом играют в дочки-матери... И вдруг ссора, плач! Что случилось? Опять игрушку не поделили! И это может происходить по нескольку раз на дню. Очень скоро вы понимаете, что ваша нервная система не способна выдержать еще одну детскую ссору... И не выдерживает: вы срываетесь, и дети испытывают на себе всю силу ваших отрицательных эмоций.

Знакомая ситуация? Давайте попробуем найти из нее достойный выход. То, что вы начинаете сразу же повышать на детей голос, не выход из положения. Да и свои нервы вы сохраните, если будете вести себя в таких случаях по-другому.

Прежде всего надо сделать так, чтобы повод для ссор появлялся как можно реже. Это не так-то легко, но постараться стоит.



Основной причиной конфликтов между детьми является то, что вы не научили их делиться друг с другом, в какой-то момент заставили их ревновать друг к другу. Исправлять положение надо сразу, не откладывая на потом.

Даря детям новые игрушки или книжки, непременно напоминайте: «Это вам обоим», а ни в коем случае не так, как обычно делают мамы и папы: «Это тебе, а вот это

— тебе». Пусть дети поймут, что подарок предназначается для двоих, они имеют на него равные права и должны признавать это. Если такая методика не срабатывает, попробуйте поступить по-другому: сначала дарите детям одинаковые игрушки, так как они не могут спровоцировать у них чувство зависти, из-за которого и возникают конфликты, и только потом переходите к покупке одной игрушки или книжки на двоих.



Предложенные действия являются профилактическими, т. е. предупреждающими ссоры. А если конфликт уже возник? Как сделать так, чтобы он как можно быстрее исчерпал себя?

Есть несколько способов решения проблемы.

Например, одна молодая мама поступает так: когда она замечает, что между детьми назревает ссора, она старается побыстрее переключить их внимание на что-то другое.

Однажды мне удалось понаблюдать за ее действиями. Как только маленькие Маша и Оля начали ссориться из-за книжки с красочными картинками, она предложила им поиграть в прятки. Девочки отвлеклись и оставили злополучную книжку в покое. Инцидент был исчерпан.

Подобные действия целесообразны для того, чтобы остановить ссору. Но родителям надо позаботиться и о том, чтобы не только пресекать конфликты между детьми, но и полностью ликвидировать причины их возникновения.

Учите детей уступать друг другу, пусть играют и читают вместе.

Для примера рассказывайте им сказки и истории о дружбе, о том, как люди мирятся друг с другом, и вы увидите, что это мало-помалу начнет приносить свои плоды.

...И все-таки, если ссоры происходят из-за игрушек или книжек, установить между детьми мирные отношения достаточно просто. Сложнее это сделать, если причина конфликтов в том, что кто-то из детей чувствует себя обделенным родительским вниманием. Об этом и предлагаю поговорить более подробно.

Внимание — это не игрушка: разделить его так трудно! Ребенок сразу почувствует малейшую несправедливость с вашей стороны, которая может стать причиной ссоры.

Прежде чем сгоряча шлепнуть малыша за то, что он поругался со своим братом, или развести обоих по углам, разберитесь, где вина детей, а где — ваша. И в зависимости от ситуации постарайтесь изменить стиль своего поведения с ними. Это принесет больше пользы, чем постоянные наказания и ругань.

Обратите внимание, что ребенок ведет себя по-разному со своими братишками и сестренками в зависимости от того, старший он или младший в семье, любимчик родителей или нет.

Учитывая это, вы сможете предотвратить многие конфликты, возникающие между детьми.

Старший ребенок в семье

Первому ребенку в семье в течение какого-то времени безраздельно принадлежала вся ваша любовь. Вследствие этого, когда у него появляется братик или сестричка, он неизбежно начинает ревновать. Ревность может проявиться уже в период беременности матери. Когда же младший ребенок подрастет, она может стать причиной ссор между детьми.

Старшему очень хочется вернуться к тем временам, когда вся любовь и ласка принадлежали ему, когда он пользовался теми преимуществами, которые теперь перешли к младшему. В его поведении начинают преобладать то грусть, то агрессивность.

Иногда от старшего можно услышать и такие слова: «Надо его выкинуть!», «Надо вернуть его назад».

Как же в таких случаях вести себя со старшим ребенком?

Объясните ему, что взрослые люди склонны больше заботиться о младших, потому что они еще беспомощны, но это не означает, что ваше отношение к нему изменилось — вы его по-прежнему любите и будете любить всегда.

Научите старшего ухаживать за младшим. Обязательно похвалите его за заботу и помощь, чтобы он не жалел о своих усилиях. И не забывайте, что, хотя младший ребенок и отнимает у вас много внимания, не стоит обделять им старшего.

Младший ребенок

Младший ребенок в семье не ревнует так остро, как старший, ведь он и так купается в любви и ласке. Но и у него может найтись повод для ревности, которая затем приведет к ссоре детей.

Ревность, как правило, возникает из-за зависти: младший завидует всему тому, что старшему уже можно делать, а ему — еще нельзя. Он будет делать все для того, чтобы быть наравне со старшим, который при этом воспринимается как препятствие на пути к цели. Мне известно немало случаев, когда взаимоотношения между детьми складывались именно таким образом.

Не так давно ко мне обратились родители четырехлетнего Саши и пятилетнего Андрея. Когда родился младший сын, Андрей немного ревновал, ведь всеобщее внимание переключилось на Сашу. Но вскоре он стал охотно помогать родителям ухаживать за братиком. Однако как только младший подрос, начались проблемы: ладившие между собой мальчишки вдруг словно с цепи сорвались. Стоило родителям отвернуть-



ся, моментально вспыхивали ссоры. Обычно они кончались тем, что Саша прибежал жаловаться на своего «плохого» старшего брата. К тому же он никогда не упускал возможности лишний раз сказать, что Андрей сделал что-то недозволенное,

даже если это лично его и не касалось. При этом он часто хвастался своими успехами. Хвастовство было явно чрезмерным, но родители прощали это своему любимцу. Андрюша тоже изменился не в лучшую сторону: стал беспокойным, вспыльчивым, каким-то взвинченным, начал конфликтовать с младшим братом. Взрослые не могли понять причин происходящего. На самом же деле все оказалось достаточно просто. Младший, считая, что у него меньше прав, чем у старшего, стремился поскорее подрасти, чтобы получить те же преимущества, что и старший. Вместе с тем он очень хотел сохранить за собой привилегированное положение в семье, остаться тем младшеньким любимцем, которого все балуют.

Не спешите ругать младшего ребенка за ссоры с братом или сестрой. Поймите, что его терзают противоречия: с одной стороны, он хочет поскорее вырасти и пользоваться теми же преимуществами, что и старший ребенок, с другой стороны, он боится, что, повзрослев, потеряет родительскую любовь.

Дайте ему понять, что вас радует, как он растет, что вы довольны его успехами; объясните, что, став старше, он не лишится вашей любви.

Положение среднего ребенка в семье

Сложная ситуация может возникнуть у родителей с воспитанием среднего ребенка. Место, которое он занимает в семье, не позволяет ему рассчитывать на какие-то особые преимущества перед своими братьями или сестрами: он не является ни самым младшим с его беспомощностью, ни самым старшим с его относительной самостоятельностью. Такой ребенок может быть недоволен появлением на свет новорожденного, ведь в связи с этим он, по его представлению, как бы отходит на второй план. К тому же он не дотягивает и до роли старшего ребенка. В результате ему кажется, что, на-



ходясь по семейному статусу между старшим и младшим, он никому не нужен и никто его не любит. Именно по этой причине малыш может начать ссориться с братишками и сестренками, пытаясь доказать и им, и вам, и себе самому, что он тоже многое может. Он часто идет на конфликт только затем, чтобы любым путем привлечь к себе внимание. Он готов даже совершать глупые, никому не нужные поступки, хотя знает, что за это его накажут.



Что делать? Посоветую вам, уделяя время детям, не забывать ни об одном из них, стараться распределять свое внимание и ласку поровну. Таким образом вы устраните причину, по которой происходит большинство конфликтов между детьми.

Расскажу также о довольно редком случае детских ссор, который иногда все-таки встречается. Одна моя знакомая — мать двух очаровательных пятилетних близнецов — пришла с жалобой на то, что ее милые послушные дети начали не на шутку конфликтовать. Несмотря на глубокую привязанность, которая всегда характеризовала их отношения, они стали все чаще и чаще ссориться. Молодая мама не знала, чем это можно объяснить.

Я попросила у нее разрешения в течение некоторого времени понаблюдать за детишками, и вскоре я поняла причину странного поведения малышей.

Вы, наверное, знаете, что близнецы с самого рождения испытывают чувство глубокой привязанности друг к другу. Это не случайно: они все время вместе (по большому счету с самого момента зачатия), неотделимы друг от друга. В связи с этим они меньше нуждаются в общении со сверстниками. Родители же, как правило, предоставляют их друг другу и привыкают в каждом из них видеть только половину единого целого, которое они вдвоем составляют. А между тем примерно к трем-четырем годам каждый из них начинает осознавать себя личностью. Вот тогда-то ваше отношение к детишкам-близнецам, при котором вы воспринимаете их как единое целое, может оказать плохую услугу — привести к конфликтам. Ваше дело — их предотвратить.

Молодой маме я дала следующий совет: относиться к каждому из близнецов как к личности, признавая ее ценность. Я понимаю, что это сказано слишком общо, но смысл стратегии должен состоять именно в этом. А как показать это детишкам?

Начните с покупки для них разной одежды. Если это возможно, измените интерьер их комнаты, чтобы сразу было ясно, что здесь живут два разных человека (например, постелите разные покрывала на кровати).

Но главная задача — установить доверительные отношения с каждым из детей, причем необходимо, чтобы это сделали и отец, и мать. При этом неверно будет, если каждый из родителей «выберет» себе одного ребенка и станет заниматься только им.

Могу также посоветовать, когда близнецам исполнится три года (в описанном случае эту методику уже можно было применять), временно разделите их. Например, если вы куда-то уезжаете, перепоручите заботу о них двум разным людям. Пусть некоторое время они побудут отдельно друг от друга. Но, чтобы избежать конфликтов по этому поводу, объясните близнецам, что это расставание ненадолго и скоро они непременно встретятся.

Причина детских ссор часто заключается в том, что вы, родители, сами провоцируете детей на конкурентные отношения. Прочитав эти строки, отложите на минутку книгу, сядьте и вспомните, часто ли возникали ситуации, когда вы ставили одного ребенка в пример другому?

Вот один пример. Молодые родители жаловались, что их трехлетняя дочка постоянно ссорилась со старшей — пятилетней. Они не могли понять, в чем же дело. Вроде бы они одинаково относятся к своим дочкам, стараются, чтобы никто из них не страдал от недостатка внимания...

На всякий случай я поинтересовалась, часто ли ставят в пример одну сестренку другой. И что вы думаете? Так и оказалось! Представляете, каково было младшенькой выслушивать каждый день одно и то же: «Катя! Ты опять не доела кашу? Смотри, какая Даша умница — все доела!», «Даша молодец! Как быстро игрушки убрала! А ты почему так не можешь?»

Очень скоро постоянные сравнения с Дашей стали приводить к тому, что Катя начала искать с ней ссоры, а дальнейшие сравнения родителей («Катя, какая ты злая: почему Даша никогда так плохо себя не ведет?») только обострили ситуацию.

Должна сказать, что во многих семьях складывается точно такая же ситуация. Волей-неволей, сравнивая одного ребенка с другим, вы тем самым «производите» одного из них в любимчики, ставя перед другим очень сложную задачу; дотягиваться до уровня братишки или сестренки.

Вы совершаете поистине трагическую ошибку, проявляя к одному из детей повышенную любовь и внимание и постоянно приводя его в пример другому. Этим вы развиваете между ними конкурентные отношения. Не буду отрицать, что здоровая конкуренция — дело полезное. Но возбуждение конкурентных отношений между маленькими детьми, при которых одному из них внимание и любовь отдаются в качестве награды за хороший поступок, то или иное достижение — верный путь к ссорам.

Возможно, вы возразите: «Госпожа Луговская, у вас богатая фантазия, вы слишком любите преувеличивать! Речь идет о вполне невинных высказываниях, имеющих к тому же вполне благородную цель: поощрить детей и возбудить в них желание постоянно совершенствоваться». Но я утверждаю: это вам только кажется, что ваши слова безобидны. На самом же деле, произнося что-то вроде: «Молодец, Даша! А ты, Катя, делай, как Даша», — вы тем самым говорите: «Неважно, каковы обстоятельства твоей деятельности: нравятся ли они тебе или нет, способен ли ты выполнить задание или нет, но ты всегда должен быть впереди, на высоте, иначе тебя обойдут вниманием, перестанут любить и твое место в сердце родителей займет другой!»

Что можно посоветовать в таком случае? Той самой молодой паре я порекомендовала не предъявлять к детям завышенных требований (особенно к младшей, которая так страдала из-за того, что старшую сестру постоянно приводили ей в пример). Учитесь смотреть в будущее. Какие отношения сложатся между братьями и сестрами, если родители невольно провоцируют их на постоянную конкуренцию? На этот вопрос ответ совершенно точный: они не станут теплыми, их будут определять только зависть и соперничество.

Единственный выход — не пользоваться такой методикой воздействия на детей, поскольку она не принесет хороших плодов. Однако это не означает, что детей не надо поощрять. Поощряйте! Но ни в коем случае не проводите параллелей, подобных тем, которыми злоупотребляли молодые родители, пришедшие ко мне за советом.

Учитесь устанавливать теплые, дружеские отношения между детьми. Какими вы сделаете их, такими они и останутся. Кому, как не вам, родителям, заниматься этим?



Конечно, ошибок вы не избежите: всем нам свойственно ошибаться, но все-таки старайтесь, прилагайте усилия к тому, чтобы их последствия не были разрушительными и непоправимыми.

УЧИМСЯ ПРОСИТЬ ПРОЩЕНИЯ

Как часто можно услышать: «Катя (Маша, Наташа)! Ты зачем отняла у Саши (Коли, Пети) его машинку? Верни ее сейчас же и попроси прощения!» И просят наши Кати, Маши и Наташи прощения, и все хорошо... Хорошо? Боюсь, что не совсем!

Задумывались ли вы над тем, понимает ли малыш, что виноват, когда произносит обычное: «Прости меня, я больше так не буду»?

Как правило, мы требуем, чтобы ребенок просил прощения за свой проступок, однако это еще не значит, что, извинившись, он почувствует свою вину.



Случается, что, обидев своего братика или сестренку, неугомонный озорник на требование извиниться упрямо говорит: «Не хочу!» И что же делать? Не добившись требуемого, пустить все на самотек? Нельзя: пострадает ваш авторитет. Жестко настаивать на своем — нарушатся доверительные отношения между вами и вашими детьми. И все-таки научить ребенка осознанно просить прощения можно и нужно.

В связи с этим хочу рассказать один случай.

Как-то раз ко мне за помощью обратилась мать двухлетней дочки и четырехлетнего сына, которая пожаловалась, что сын, обидев сестренку, крайне неохотно просит прощения за свой поступок, а попросив, в скором времени принимается за прежнее. Она призналась, что уже совсем опустила руки и не знает, как быть дальше. Основная трудность заключается в том, что маленький ребенок не всегда способен уловить связь между своим поступком и его следствием. Например, в описанном случае малыш не понимал, что обижает младшую сестренку, поэтому не мог уяснить, за что ему извиняться. Естественно, история повторялась.

Детей надо УЧИТЬ просить прощения, хотя это и сложно. В противном случае вы рискуете вырастить эгоиста, который не будет учитывать интересы других людей,

прислушиваться к ним. Естественно, дружная семья в этом случае не получится.

Никогда не заставляйте ребенка извиняться, если он не знает, за что именно. Я посоветовала это в вышеописанном случае. Женщина, обратившаяся ко мне, должна была не просто говорить сыну: «Попроси прощения у сестренки!», а ОБЪЯСНЯТЬ, почему и зачем это нужно.

Например, когда малыш отнял у сестры игрушку, она не стала кричать на мальчика (что делала, к сожалению, слишком часто), а объяснила ему, в чем он провинился: «Смотри, Маше обидно: ты у нее игрушку отнял. Если у тебя отнимут — тебе ведь тоже обидно будет, да? Попроси у сестренки прощения и больше так не поступай». Постепенно это стало действовать.

Говоря ребенку, что он виноват, поставьте его на место обиженного. Он не поймет, если вы скажете: «Сестренке было больно, когда ты ее ударил», — поскольку еще не способен сочувствовать. Необходимо объяснить: «Если тебя ударят, тебе тоже станет больно и обидно!» Это он поймет, а позднее научится принимать близко к сердцу и чужие чувства и переживания. При этом следует помнить, что вслед за принесенными извинениями ребенок должен исправить то, что сделал неправильно. Иначе попросить прощения для него будет равняться возможности избежать наказания.

Для того чтобы данная методика имела успех, взрослым надо показывать детям пример. Помните, что маленькие дети во всем стремятся походить на родителей, копируют их поведение.

Используйте это в процессе воспитания.

Не бойтесь просить друг у друга прощения: дети обязательно будут подражать вам и постепенно научатся отвечать за свои поступки. Если же вы оказались в чем-то неправыми по отношению к детям, то признать свои ошибки особенно важно.

Однажды ко мне обратились молодые родители, искренне недоумевающие, почему они учат детей просить прощения, а дети открыто не хотят этого делать! Чтобы прояснить ситуацию, я спросила родителей: признают ли они свои ошибки, когда не совсем справедливо поступают с детьми, и в ответ услышала: а разве это нужно?..

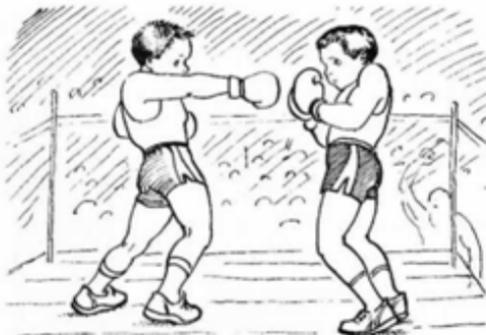
Ну что тут скажешь! Почему-то многие родители думают, что они освобождены от необходимости просить прощения у собственного ребенка. Якобы признание своей вины перед ребенком может подорвать их авторитет!

Между тем, если вы спокойно объясните малышу, что ошиблись, это только укрепит ваш авторитет, так как вы поведете себя с ним, как со взрослым. И все обойдется без ссор или, что еще страшнее, обид, которые ребенок может на вас затаить.

КАК УЛАДИТЬ КОНФЛИКТ

В детские ссоры не всегда надо вмешиваться. Многие родители справедливо считают, что дети должны самостоятельно улаживать свои конфликты: при таком положении вещей они быстрее учатся принимать решения, постигают сложную науку семейной дипломатии.

Но все вышесказанное еще не означает, что вы должны полностью сложить с себя обязанности миротворца, потому что там, где взрослый быстро найдет выход из сложившейся ситуации, ребенок будет действовать теми методами, которые ему на сегодняшний день доступны, но которые на самом деле не всегда являются правильными. Например, те конфликты, которые вы уладили бы мирным путем, дети могут начать решать... кулаками.



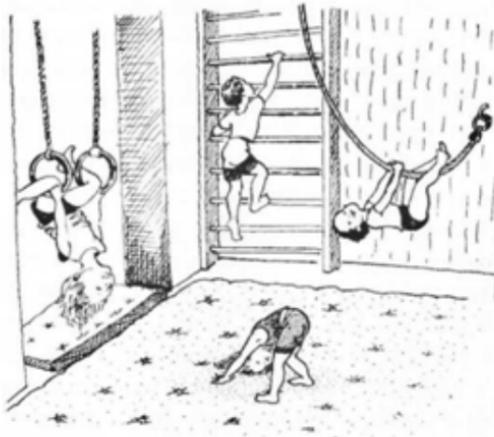
Если дело дошло до драки, родители обязаны вмешаться: драки не только могут привести к травмам, но и усложнить отношения между вашими детьми.

Конечно, нет такой семьи, в которой никогда не возникали бы конфликты. Но надо стараться делать так, чтобы они ни разрешались мирным путем, а еще лучше, чтобы они как можно реже возникали.

Например, одни мои знакомые поступали следующим образом: прежде всего они заботились об обеспечении досуга детей — детская была максимально приспособлена для игр, что создавало условия для общения детей друг с другом. А если конфликтная ситуация все-таки возникала, родители не торопились прибегать к окрикам или шлепкам, а просили рассказать, из-за чего произошла ссора, после чего спокойно объясняли, кто в чем был неправ и почему нельзя решать конфликт кулаками.

Подобные доверительные отношения в семье можно только приветствовать. Хочется надеяться, что они останутся прежними и через несколько десятков лет, так как все предпосылки для этого созданы.

Когда вы оказались свидетелем детской ссоры, не наказывайте сгоряча виноватого. Задумайтесь над тем, что творится в душе малыша. Маленький ребенок еще не может оценить свои действия и понять связь между ними и наказанием. Поэтому в наказании он увидит только насилие, что подорвет его доверие к родителям. Кроме того, такое решение конфликта может привести к тому, что дети отдалятся друг от друга или же начнут остро ревновать друг к другу («Почему меня наказали, а его — нет?! Это неправильно, нехорошо!»), что будет толкать их на новые ссоры.



Прежде чем повысить голос, отругать малыша, мысленно сосчитайте до двадцати: за это время вы снова обретете потерянное равновесие и сможете уладить конфликтную ситуацию мирным путем.

Одним из самых действенных методов воздействия на ребенка является личный пример родителей. Как вы станете себя вести, так будут относиться друг к другу и ваши дети.

Как-то раз ко мне обратилась молодая мама с жалобой, что, несмотря на все уговоры, сын с дочкой постоянно ссорятся друг с другом. Я попросила разрешения прийти к ней домой, и вот что я там увидела: как только назрела конфликтная ситуация между малышами, мама начала их уговаривать. Но что это были за уговоры! По большому счету мама говорила совершенно правильные вещи о том, что нельзя друг на друга злиться и надо друг друга любить. Но все это было сказано на таких повышенных тонах, что наверняка оставляло в детских душах сомнение в том, что сама мама поступает так, как говорит.

Такое поведение, безусловно, недопустимо. Если вы стараетесь внушить детям мысль, что они должны любить, беречь и защищать друг друга, говорите об этом спокойно. Громким голосом, срывающимся на крик, трудно убедить детей в том, что ссориться нехорошо. К тому же агрессивное поведение родителей может привести к тому, что дети объединятся «перед лицом общего врага» — взрослых.

Помните, что для своих детей вы — пример, авторитет и именно вас они стремятся копировать. Наверняка вы уже видели такую картину: маленькая дочка с куклой в руках подходит к телевизору, который ей строго-настрого запрещено включать самой, и говорит кукле: «Ни-ни!» — точно так же, как это говорили ей вы.

К чему я привожу этот пример? К тому, что, если хотите научить малышей любить друг друга, будьте для них примером. Давно замечено, что в семьях, где между родителями сложились отношения, основанные на глубокой взаимной привязанности, заботе и уважении, дети, копируя родителей, также внимательны друг к другу. Не могу сказать, что в таких семьях между детьми вообще не возникает конфликтов. Однако, если ссоры и случаются, они решаются намного проще и безболезненнее, чем в семьях, где отношения между родителями нельзя назвать благоприятными для создания здорового психологического климата.



Итак, мы с вами поговорили о ссорах между детьми в семье. Надеюсь, этот разговор поможет вам пересмотреть взгляды на некоторые аспекты воспитания. Помните, что, пока дети еще маленькие, вы можете научить их быть внимательными друг к другу, любящими, добрыми и отзывчивыми.

Воспитание — процесс долгий. Не ждите, что вам сразу, без усилий удастся добиться желаемого результата. Советую набраться терпения. И не просто ждать, а всеми силами стараться приблизить тот момент, когда вы сможете сказать, что дети стали более терпимы друг к другу, научились прощать, помогать и быть друг для друга самыми лучшими защитниками.

Глава 7. ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАМКНУТ

ПРИЧИНЫ ЗАМКНУТОСТИ

Замкнутость ребенка может быть вызвана разными причинами. Она может быть связана с психологическими особенностями малыша, тонкостью его душевной организации, богатством его внутреннего мира. Ребенок предпочитает находиться в одиночестве, он охотнее берется за занятия, требующие уединения: с удовольствием лепит, рисует, конструирует... Родители в этом случае должны быть крайне осторожны и чутки к своему малышу. Поэтому беспокойство, вызванное опасениями, что у него что-то не так, совершенно напрасно. Стремление, пока не поздно, перевоспитать ребенка, грубое вторжение в хрупкий мир его грез и фантазий может серьезно навредить его развитию, и тогда он действительно спрячется в свою скорлупку, уйдет в себя.

Иное дело, когда замкнутость малыша вызвана переутомлением, недомоганием, ссорой с близким другом, проблемами в общении со сверстниками. В таких ситуациях родителям необходимо осторожно выяснить причину резкой перемены настроения ребенка и постараться помочь ему менее болезненно пережить данный период.

Довольно распространенным явлением считается замкнутость единственного ребенка в семье. Лишенный общества брата или сестры, вынужденный часто играть в одиночестве, он получает неверную установку на общение, и его коммуникативные способности развиваются порой неполноценно.



Усугубляет ситуацию разобщенность взрослых, которые, пользуясь благами современной цивилизации, заменяют полноценное общение короткими разговорами по телефону. Не видя у родителей потребности в общении с родственниками и знакомыми, ребенок тоже перестает стремиться устанавливать контакты с теми, кто его окружает.

Причиной замкнутости малыша может быть и неправильное поведение родителей. Проанализируйте то, как вы ведете себя с ребенком. Достаточно ли вы уделяете ему внимания? Может быть, вы всегда заняты, вам некогда не то что поиграть с малышом, но даже поговорить с ним или хотя бы выслушать его? А не случилось ли такого,

что малыш бежал к вам, радостный, показать, какой красивый камешек он нашел во время прогулки, какой смастерил из конструктора автомобиль, какого вылепил медведя, а вы резко его обрывали или даже прикрикивали только потому, что он оторвал вас от просмотра любимого телесериала или увлекательного футбольного матча? Может быть, вы постоянно высказываете недовольство его поступками, внушаете, что он все делает не так: слишком громко (или тихо) говорит, всегда торопится (или медлит), не так ходит, не так сидит...

Если в вашей семье случается нечто подобное, вам необходимо изменить свое отношение к ребенку, тогда и он перестанет замыкаться в себе.

Причины замкнутости ребенка могут подсказать его рисунки. Предложите малышу нарисовать свою семью, не объясняя ему, что вы под этим понимаете. Пусть он сам выберет, что нарисовать. Упражнение имеет смысл проводить начиная с четырехлетнего возраста.

Как ребенок изобразил себя:

- очень крупная фигура (крупнее всех остальных) может означать, что он несколько избалован;
- наоборот, слишком маленькая фигурка (меньше всех, особенно если он не самый маленький в семье) может означать, что ребенок оценивает свою роль в семье как незначительную; но, может быть, он просто подчеркивает, какой он еще маленький по сравнению с остальными;
- он находится в стороне от мамы, папы и других родных — возможно, ему уделяется слишком мало внимания, и он скорее всего ощущает себя изолированным от остальных;
- он нарисовал себя в кругу семьи, все держатся за руки, значит, в доме царит дружеская атмосфера, или ребенок очень хочет, чтобы так было (особенно если в семье действительно не все благополучно);



- все родные нарисованы в разных комнатах — это повод задуматься: достаточно ли времени вы проводите вместе, полноценно ли вы общаетесь, не живет ли каждый из вас своей собственной жизнью?

Обратите внимание на следующие особенности рисунка:

- вместо родных ребенок рисует игрушки, животных, несуществующих братьев и сестер, бабушку и дедушку и т. д.; иногда он добавляет их к реальным членам семьи или начинает с них свой рисунок — это может означать, что ребенка не удовлетворяют существующие отношения, ему чего-то не хватает;
- вместо семьи нарисован просто дом без людей или посторонняя картинка — может быть, ребенок не понял, что от него хотят, или у него не было желания и настрое-

ния рисовать; попробуйте предложить ему нарисовать семью в другой раз, когда он будет более расположен к этому;

- величина фигур некоторых членов семьи не соответствует реальному соотношению их величин — это может свидетельствовать о преуменьшении или преувеличении значимости этих членов семьи для ребенка;

- при рисовании ребенок сильно нажимает на карандаш, даже прорывает бумагу, все фигурки очень мелкие, рисунок сильно смещен в один из углов листа — все это может говорить о повышенной тревожности ребенка (путаться в этом случае не стоит, но лучше проконсультироваться с детским психологом).

Учите также, что особенности детского рисунка могут зависеть от того, как его учили рисовать (например, как учили располагать фигуры на листе). В любом случае не торопитесь «ставить диагноз», помните, что результаты ваших наблюдений — это всего лишь повод задуматься над особенностями ваших отношений с ребенком.

Итак, вы осознали, что замкнутость ребенка — следствие вашего недостаточно чуткого к нему отношения. Попробуем вместе разобраться в причинах происшедшего.

Привыкнув к тому, что родители постоянно уходят от общения, отгораживаются от него под предлогом того, что им некогда, или открыто заявляют, что им это неинтересно, малыш начинает сдерживать свои эмоции, переживания, он не пытается поговорить с родителями, а когда у него о чем-то спрашивают, ограничивается короткими ответами. Он привык считать, что все делает не так, что только мешает взрослым, путается у них под ногами; он боится, что вы будете злиться, кричать, за что-то наказывать.

Такая ситуация характерна для семей, в которых общение родителей с ребенком сведено практически до минимума. Это, к сожалению, широко распространенное явление современной действительности, связанное с ускоренным темпом жизни, профессиональной занятостью работающих отцов и матерей. К тому же по вечерам у взрослых обязательно находят какие-то дела по дому, в которых ребенок не принимает никакого участия. Часто ему просто говорят, чтобы он не мешал, играл в другой комнате.



Многие родители, обеспечивая ребенку лучшие бытовые условия, заботясь о его здоровье, упускают из виду потребность малыша в тесном контакте с матерью и отцом. Родители покупают ему красивые и интересные игрушки или какое-нибудь домашнее животное, лишь бы он не мешал, не приставал с постоянными вопросами и

просьбами. Вот ребенок и играет в одиночестве в своей комнате. Родители дома, но малыш не чувствует их присутствия — они не с ним, а где-то рядом, каждый занят своими делами. Такая родительская любовь лишена чувств, и ребенок от этого очень страдает, потому что игры, какими бы занимательными они ни были, и общение с четвероногим другом не заменят внимания родителей.

Даже взрослый человек испытывает потребность в выражении собственных эмоций. У ребенка же эта потребность гораздо сильнее — он только начинает жить, каждый день, каждая минута приносят ему столько нового, интересного, необычного! Малышу просто необходимо делиться впечатлениями, чувствами, эмоциями...

Представьте себе такую ситуацию: возбужденный карапуз с радостными блестящими глазенками подбегает к папе, уютно расположившемуся в кресле с газетой, и показывает ему свой рисунок: «Папа, смотри, какой я танк нарисовал!» Папа, не отрываясь от чтения, говорит: «Ты у меня молодец!» Малыш не унимается: «Папа, ты даже не посмотрел!» Через минуту папа бросает мимолетный взгляд на листок, который малыш держит в руке, и произносит: «Красиво». Мальчонка просит: «Папа, а давай вместе порисуем». А папа, включая телевизор, отвечает: «Мы займемся этим завтра, а сейчас папе некогда, не приставай». Дальнейшие уговоры ребенка отец упорно не желает слышать, и мальчик, опустив голову, с глазами, полными слез, плетется в свою комнату.

Варьировать эту ситуацию можно до бесконечности: на месте папы может оказаться мама, на месте мальчика — девочка, вместо телевизора может быть уют, мягкий отказ может смениться грубым окриком или подзатыльником. Общим останется одно: нежелание родителей слышать своего ребенка, в результате чего он подавляет свои желания и эмоции. А это может серьезно повредить не только общему развитию малыша, но и его здоровью, ведь даже взрослому человеку врачи рекомендуют время от времени выплескивать свои эмоции в целях профилактики нервных расстройств.

Заметим, однако, что имеет значение и то, как часто повторяются подобные сцены. Родители, придя с работы, должны еще выполнить какие-то домашние дела. Кроме того, они также нуждаются в отдыхе. И если случаи невнимания к ребенку происходят довольно редко и носят случайный характер, оснований для особого беспокойства нет. Чрезмерная забота о ребенке, постоянное, даже иногда навязчивое внимание к нему тоже могут принести вред его воспитанию, косвенно отразиться на семейном климате. Ребенок должен понять, что у родителей есть определенные обязанности, которые необходимо выполнять: если мама вместо того, чтобы стирать или готовить, пойдет с ним играть, то всем, и ему самому тоже, придется ходить в грязной одежде, оставаться голодными.

Малыш должен уяснить, что каждый человек имеет право на отдых и любимое занятие: родители устают от работы и домашних дел, и если они не будут отдыхать, они могут серьезно заболеть... Главное — не кричите на ребенка, а постарайтесь объяснить ему это спокойным тоном.

Ребенку нужно общаться с родителями не только для того, чтобы давать выход эмоциям, но и для того, чтобы постоянно чувствовать себя защищенным. Вступая в этот огромный и непонятный для него мир, малыш нуждается в поддержке родителей, ему необходимо знать, что где-то рядом находятся мама и папа, которые помогут в любую минуту, защитят, избавят от внезапно нахлынувшего страха. Душевный по-

кой от того, что рядом папа — самый сильный на свете и мама — самая добрая и ласковая, имеет большое значение для полноценного развития личности ребенка.

Если родители остаются равнодушными к тому, что рассказывает им малыш, не обращают внимания на его просьбы, он перестает обращаться к ним со своими на первый взгляд пустяковыми проблемами. Изо дня в день, видя постоянную спешку взрослых, невозможность или нежелание оторваться от своих забот, ребенок привыкает к играм в одиночестве и даже не пытается сблизиться с родителями. В результате уже в совсем недалеком будущем родители и дети не могут найти тем для разговоров, им нечем поделиться, нечего доверить друг другу, потому что сын или дочь с ранних лет привыкли решать свои проблемы самостоятельно, заранее зная, что на любой вопрос мать или отец все равно ответят, что им некогда, что у них нет времени на подобную ерунду.

Такой опыт, приобретенный в собственной семье, может переноситься ребенком и на более широкий круг общения за пределами родного дома. Боясь, что его не станут слушать, не поймут, не захотят с ним играть, малыш не может найти общего языка с ровесниками, в результате отказывается идти гулять, сидит дома перед телевизором или в своей комнате, окруженный любимыми игрушками.

Бывают случаи, когда ребенок замыкается в себе из-за разногласий взрослых в вопросах его воспитания. Папа требует от ребенка безоговорочного повиновения, не терпит возражений, маму же можно уговорить, разжалобить, а уж о бабушке и говорить нечего — исполняет любое желание любимых внука или внучки. Каждый из воспитателей считает свои методы единственно правильными, и зачастую по этому поводу между ними возникают ссоры. Порой выяснение того, кто прав, а кто виноват, происходит на глазах у ребенка, что отрицательно влияет на его развитие. Считая себя причиной разногласий и ссор близких людей, ребенок «уходит в себя», старается как можно меньше попадаться на глаза и со временем так замыкается в себе, что исправить положение бывает очень трудно.

Чтобы таких проблем не возникало, родителям следует согласовывать методы воспитания ребенка, а спорные моменты обсуждать и решать в его отсутствие.



ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ НАСТРОЙ

Если вовремя не обратить внимания на замкнутость малыша, из него может вырасти неуверенный в себе человек, обладающий многочисленными комплексами. Поэтому, если вам безразлична судьба ребенка, постарайтесь изменить отношение к нему: уделяйте малышу как можно больше внимания, не стесняйтесь открыто проявлять нежные чувства — дети любого возраста, а особенно младшего дошкольного, очень нуждаются в родительской нежности и ласке.

Никогда не перестанет быть актуальным высказывание русского педагога XIX века П.Ф. Каптерева: «Для ребенка ласка, любовь, нежность — одна из насущных потребностей; ребенок легче вытерпит недокармливание, чем лишение ласки. Без любви и ласки дитя вянет и портится. А эту любовь он может найти только в семье».

Полноценное развитие ребенка, его физический и духовный рост возможны только в счастливой семье, где царит атмосфера всеобщего взаимопонимания и любви. Только такая семья может дать ребенку ощущение счастья, настроить его на достижение успеха в будущем.

Самый близкий ребенку человек — мать. От нее в большей степени зависит, как будут складываться отношения в семье. Именно мама должна позаботиться о том, чтобы каждый ощущал свою значимость и испытывал потребность в общении со своими близкими. Это делает семью семьей в полном смысле этого слова, в которой «семь я», и каждое «я» чувствует себя частью общего; каждое «я» понимают и принимают, и если одному «я» плохо, плохо и всем остальным, а если счастливо одно «я», счастливы все вокруг.

Все родители, безусловно, любят своих детей, заботятся о них, но проявляют эти чувства по-разному. Кто-то мягок в обращении с любимым чадом, кто-то излишне строг и суров, но так или иначе они преследуют единственную цель — благо ребенка. Малышу же особенно в раннем возрасте трудно понять чрезмерную строгость своих любимых родителей; часто он воспринимает ее как выражение нелюбви.

Например, одна четырехлетняя девочка очень переживала, когда мама называла ее не Настенька, а просто Настя. Она тут же замыкалась в себе, а на мамин вопрос: «Что случилось?» — отвечала: «Ты меня ругаешь». Поэтому взрослым надо понять, что для ребенка очень важны внешние проявления любви к нему.

Внешнее выражение родительской любви играет большую роль в развитии личности ребенка, в формировании сто моральных качеств. Старайтесь как можно мягче обращаться к детям, находить для них ласковые слова. Например: «мой хороший», «мой любимый», «мой дорогой», «что бы я без тебя делал (делала)», «ты мой помощник (помощница)», «все у тебя получится», «не переживай — я с тобой», «как я рад (рада), что у тебя все получается»... Это поможет ребенку осознать собственную нужность, почувствовать уверенность в себе, согреет душу.

Не думайте, что это сделает вашего малыша избалованным и изнеженным. Подобное обращение к ребенку именно в раннем возрасте необходимо для полноценного развития его как личности. Причем очень важно, чтобы такие обращения использовал ист. в семье не только по отношению к малышу, но и между взрослыми. Трудно спорить с педагогом П.Ф. Каптеревым, который утверждал: «Если ребенок с тех самых пор, как сознательно открыл глаза, видит, что отец прежде всего думает о матери, мать об отце, а оба вместе о нем — ребенке, то начало правильному его воспитанию положено».

В дальнейшем ребенок будет строить по этому стереотипу отношения в коллективах, в которых он будет находиться (детский сад, школа, компания друзей), а позднее, став взрослым, и отношения в собственной семье.

Но одно дело — ласковое обращение к малышу, совершенно другое — отношение к ребенку, как к кумиру, вседозволенность. Каждому человеку, тем более маленькому, нужна любовь. Но любовь разумная, делающая его лучше. Когда мы говорим о значении и необходимости материнской любви для нормального психического развития малыша, надо четко отличать любовь от потакания любому желанию ребенка.

Ребенок не знает мира, в который он пришел. Он жадно впитывает впечатления, превращая их в собственную программу поведения. Если с первых дней жизни этот опыт будет содержать представление о постоянной готовности родных выполнить все его желания, все капризы, то при общении с более широким кругом людей он будет ожидать такого же отношения к себе от всех окружающих. Будут ли оправданы эти ожидания? Будут ли такие представления о человеческих взаимоотношениях соответствовать требованиям, которые ему предъявит жизнь?

Не превращайте свою любовь в потакание всем прихотям любимого чада, иначе в дальнейшем он превратится в настоящего домашнего тирана, что может серьезно помешать и его общению с другими людьми, которым он также будет стремиться навязать свою волю.

Бывает, что избалованные дети не менее замкнуты, чем дети, обделенные вниманием родителей. Нежелание окружающих «играть по их правилам» вызывает у них агрессию — скрытую или явную. Такие дети в знак протеста способны потихоньку из-



резать самое красивое мамино платье; придя в гости, закатить истерику из-за того, что на обед подали нелюбимое блюдо; выловить в аквариуме всех рыбок и скормить их коту. Поэтому, дорогие родители, в воспитании ребенка старайтесь придерживаться «золотой середины»: не лишайте малыша своего внимания, но и не потакайте всем его прихотям.

Для того чтобы ваш ребенок не был замкнутым, чаще приглашайте к себе гостей. Малыш должен привыкать к обществу совершенно разных людей. Игры, общение с детьми и взрослыми в непринужденной домашней обстановке постепенно выработают у него потребность в общении, а вы, находясь рядом, научите его правильно и в то же время естественно вести себя в коллективе.

Для ребенка дошкольного возраста особенно полезно общение со сверстниками, способствующее его полноценному развитию прежде всего благодаря играм, в которых он учится взаимодействию с окружающими, примеряет на себя различные общественные роли (например, игра в дочку-матери, в магазин и т. д.).

Общение со взрослыми и контакты с ровесниками должны постоянно чередоваться, т. к. детей объединяет не только одинаковый возраст, но и общие интересы.

С детьми ребенок ведет себя иначе, чем со взрослыми: он более раскрепощен, так как не боится неправильной оценки своих действий со стороны взрослых, которые «всегда правы»; более самостоятелен, потому что нет рядом «заботливых» родителей, которые готовы помочь в любую минуту. Таким образом, контакты со сверстниками положительно влияют на социальное развитие ребенка, помогают ему обрести самостоятельность.

При этом в общении с вами он нуждается не меньше. В выходные дни больше времени проводите в кругу семьи. Можно всей семьей сходить в цирк, в гости, погулять в парке.

Общайтесь с ребенком на равных. Старайтесь внимательно его выслушать. Поощряйте его, когда он задает вопросы, и сами задавайте их. Проявляйте как можно больше интереса к тому, чем живет ваш малыш, чем он занимается в ваше отсутствие, о чем думает. Старайтесь вовлекать его в семейные разговоры, советуйтесь с ним. Предоставляйте ему свободу выбора, не навязывайте своих решений, пусть он чувствует себя полноправным членом семьи.

Не кричите на ребенка, даже если он не прав. Окрики и одергивания не окажут положительного эффекта в критической ситуации. Даже если ре-



ребенок послушается вас и выполнит все ваши требования, это не значит, что он согласился с вами. Подобное поведение (и ваше, и вашего ребенка) — очередная ступенька к взаимному отчуждению. Попробуйте изменить тон общения: пусть он будет решительный, но не крикливый.

К сожалению, большинство родителей не способны выслушать своего ребенка. Беседы, как правило, сводятся к тому, что родители «воспитывают» дитя, указывая, что правильно, а что нет, как надо себя вести, а как не надо... Ребенок не может отказаться от таких «бесед» и вынужден выслушивать пространные нравоучения, вернее, делать вид, что выслушивает, потому что просто не в состоянии длительное время вдумчиво воспринимать слова красноречивого родителя. Это объясняется возрастными особенностями ребенка, который не способен долго удерживать внимание на чем-то одном.

Научитесь слушать ребенка, не прерывайте его своими репликами. Вам только кажется, что ему не о чем рассказать. Предоставьте ему возможность высказаться, и вы поймете, что его внутренний мир значительно богаче, чем вы предполагали, что у малыша есть свои радости и проблемы. Может быть, что-то в его переживаниях покажется вам смешным и не заслуживающим серьезного внимания, но ни в коем случае не показывайте этого и не смейтесь над ребенком, это может серьезно осложнить ваши отношения и отдалить вас друг от друга. Не занимайте главенствующего положения в беседе, не старайтесь навязать ребенку свое решение той или иной проблемы.

Если вы чувствуете необходимость вашего вмешательства, сделайте это ненавязчиво, исподволь — так, чтобы ребенок был убежден, что принял решение самостоятельно. Откажитесь от роли всезнающего главы семьи, чье решение всегда правильно, и станьте малышу товарищем. Ищите истину вместе, поддерживайте друг друга, обме-

нивайтесь мнениями. Это и станет основой ваших близких отношений.

Спокойные беседы с ребенком не только будут способствовать созданию между вами атмосферы доверия, но и одновременно дадут малышу новую информацию об окружающем мире, которая в этом возрасте так необходима. Ведь это для вас все просто и знакомо, а он еще совсем маленький, ему нужно многое узнать, понять, запомнить.

Благодаря таким разговорам малыш почувствует ваше внимание, поймет, что вы воспринимаете его как вполне самостоятельного человека, поверит в то, что вам приятно его общество, интересно общение с ним. Это поможет предотвратить возникновение комплекса «ненужности», «заброшенности» или преодолеть уже существующий.

Непринужденные беседы с ребенком окажут неоценимое влияние на развитие его речи, научат точно и кратко выражать свои мысли, а это имеет большое значение для развития коммуникативных способностей. Развитая речь ребенка значительно облегчит вхождение его в новый коллектив (например, при поступлении в школу), сближение с незнакомыми детьми. Не менее важно умение ясно излагать свои мысли и для самоутверждения в новом коллективе, ведь это залог хорошей успеваемости, которая дает ощущение уверенности в себе, необходимое при общении со сверстниками.

Некоторые родители порой возражают: «О каких беседах может идти речь, если ребенку всего 3—4 года. Он и говорить еще толком не умеет». Заметим, что подобное утверждение верно лишь отчасти. Да, у ребенка такого возраста еще очень маленький запас слов, но это не причина для того, чтобы отказаться от данного метода воспитания. Даже с новорожденными детьми рекомендуют как можно больше разговаривать. В раннем возрасте возникает та естественная связь между родителями и ребенком, которая перерастает впоследствии в духовное взаимопонимание и становится основой взаимоотношения ребенка с окружающим миром. Кроме того, как можно развить речь ребенка и пополнить его словарный запас, если вы практически не разговариваете с малышом?



Старайтесь ежедневно уделять общению с ребенком хотя бы немного времени. Стоит на 15 минут отвлечься от своих постоянных дел, чтобы побеседовать или поиграть с малышом, и он не будет чувствовать себя одиноким, покинутым. Если вы что-то делаете по дому, по возможности привлекайте к этому и ребенка, давая ему какие-то посильные поручения. Предложите вместе выполнить необходимую работу, а потом уже поиграть. Такой выход из создавшейся ситуации наиболее оптимален: ре-

бенок получает возможность общаться с вами и в работе, и в игре, ведь ничто так не сближает людей, как совместный труд и игра.

Беседуя с ребенком, слушая его рассказы, играя с ним, внимательные мама и папа заметят достижения и пробелы в развитии малыша и своевременно смогут применить необходимые методы воспитания, чтобы из ребенка вырос полноценный человек, готовый к преодолению любых трудностей.

ВНУТРЕННЕЕ РАСКРЕПОЩЕНИЕ

Ускорить процесс внутреннего раскрепощения замкнутого малыша помогут несложные психологические задания. Будьте чутки и внимательны к ребенку, проявите терпение, и через некоторое время вы убедитесь, что ваш ребенок способен преодолеть замкнутость и испытывать огромное чувство радости от общения с разными людьми и в первую очередь с вами.

Почти все дети любят фантазировать. Особенно ярко проявляется их фантазия в рисовании, лепке, сочинении необыкновенных историй. Рисунки и поделки расскажут вам об общем развитии ребенка, его характере и способностях (аккуратности или небрежности, развитом или неразвитом воображении). К тому же творческие занятия окажут положительное влияние на развитие коммуникативных способностей ребенка.

Предложите вашему ребенку поиграть в игру «**Кляксы**» (ее рекомендуется проводить с детьми 5—6 лет). На листке бумаги располагаются 10 разных чернильных кляк, ребенок должен придумать, на что они похожи. Не ограничивайте его во времени, пусть разглядывает пятна столько, сколько ему потребуется. В его ответах обратите внимание на следующее:

- однообразие может означать бедность воображения или очень большой интерес к выбранному предмету (например, все кляксы похожи на кошек в разных позах);
- ребенок с трудом что-нибудь придумывает или вообще не может ничего предложить. Это значит, что у него слабо развита фантазия, или, может быть, вы просто выбрали для игры неудачный момент (например, у ребенка плохое настроение или его мысли заняты чем-то другим);
- в каждой кляксе он увидел какую-нибудь фигуру или предмет — у него богатое воображение.

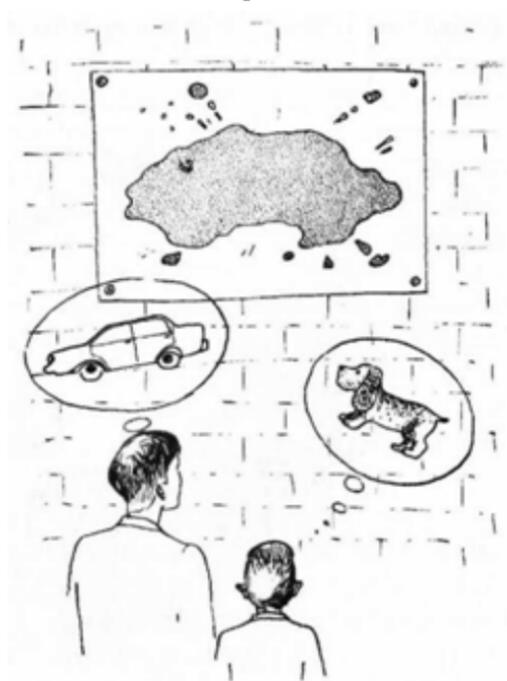
Неспособность выполнить это задание связана с низким уровнем развития воображения. Очень подробное описание каждой фигуры, сопровождающееся пространственным рассказом о ней, может означать, что ваш ребенок склонен уходить в мир своих фантазий, игнорируя окружающую его реальность. В этих случаях лучше обратиться за консультацией к детскому психологу.

Достаточно информативна игра «*Чудо-зверь*», когда ребенку предлагают нарисовать или слепить из пластилина животное, которого нет на свете. Обычно дети сами придумывают историю о своем животном, но вы можете задать ребенку несколько вопросов (например, как зовут это существо, где оно живет и т. д.). Обратите внимание — не слишком ли агрессивно выдуманное животное, а может быть, оно очень одиноко и несчастно? Возможно, таким образом ребенок рассказывает вам о себе и своих проблемах.

Побуждайте ребенка рассказывать вам сказки, попробуйте рассказывать их по очереди: каждый может побыть в роли рассказчика несколько раз на протяжении сказки.



Попробуйте вместе с ребенком придумать новую сказку с уже знакомыми персонажами. Пусть в одной сказке встретятся Василиса Премудрая и сестрица Аленушка, а аленький цветочек отправятся искать героиню сказки «Репка», Колобок поможет Красной Шапочке, а Буратино полетит на ковре-самолете...



Можно сочинить коллективную сказку, персонажами которой будут любимые игрушки вашего ребенка. Каждый из участников создания сказки по очереди придумывает одно предложение, присоединяя его к предыдущему, не нарушая при этом общего сюжета.

Предложите ребенку подумать над несколькими психологическими ситуациями. Попросите его ответить, как бы он поступил в каждой из предложенных ситуаций, и объяснить почему.

1. Ты смастерил из кубиков высокую красивую башню и хочешь показать ее папе, который в это время смотрит телевизор. Папа просит тебя подождать, пока закончится спортивная передача. Что ты будешь делать и почему?

2. К вам в гости пришли совершенно незнакомые люди (взрослые со своими детьми). Как ты будешь вести себя?

3. Если родители во время визита гостей попросят тебя пойти в твою комнату, как ты на это отреагируешь?

4. Ты с родителями пришел в гости, где есть дети того же возраста, что и ты. Они зовут тебя играть в свою комнату. Как ты будешь вести себя?

5. Ты вышел во двор и увидел, что среди твоих старых приятелей появились новые ребята. Как ты будешь вести себя?

6. Ты едешь с мамой в электричке или автобусе, с тобой пытается заговорить незнакомый дядя или незнакомая тетя. Как ты будешь себя вести?

Выслушав ответы ребенка, предложите ему представить, что в каждой ситуации будет дальше. Обсудите с ним, можно ли поступить так, чтобы никого не обидеть.

Придумайте свои случаи или проанализируйте те, в которые вашему малышу приходилось попадать в действительности. Разнообразие обсуждаемых ситуаций поможет ребенку увереннее вести себя даже в самые критические моменты, а также научиться задумываться над последствиями своих поступков.

Не менее эффективны психологические тренинги, которые преподносятся малышу в виде игры. В игре ребенок раскрепощается, именно в ней он с легкостью усваивает самое необходимое.

У каждого ребенка наверняка есть любимая игрушка — кукла, робот, плюшевый зайка или медвежонок. Используйте ее в качестве главного действующего лица игры. Беседуйте с малышом, выступая от имени этой игрушки. Предложите ребенку «познакомиться» с игрушкой, познакомить ее со своими друзьями, отвести ее к парикмахеру, в магазин, на рынок, на прием к врачу. Сначала выберите такие ситуации, когда ведущую роль придется играть вам, затем предложите главную роль ребенку. Такая игра подготовит малыша к поведению в различных жизненных обстоятельствах. Привыкнув к свободному общению в игре, ребенок будет вести себя естественно и в повседневной жизни.

Преодолеть замкнутость помогут коллективные игры.

«Знакомство»

Несколько человек садятся в кружок и по очереди, представляясь, говорят о себе одно-два предложения. Причем каждый следующий участник игры, прежде чем рассказать о себе, повторяет то, что говорили предыдущие. Выглядеть это будет примерно так:

— Меня зовут Оля, я люблю придумывать куклам красивые платья и рисовать их.

— Оля любит придумывать куклам красивые платья и рисовать их. А меня зовут Марина, я люблю петь.

— Оля любит рисовать красивые платья, Марина любит петь. А меня зовут Денис, я люблю конструировать.

И так далее.

Эта игра способствует развитию коммуникативных способностей детей, а также развитию речи и памяти.

Одной из причин замкнутости ребенка могут быть его физические недостатки (например, плохое зрение, при котором приходится носить очки, полнота или худоба, заикание и др.). В таких случаях не обойтись без специальных занятий или визитов к врачу. Но вы можете помочь ребенку проще смотреть на свои недостатки, не закли-

ваться на них, а относиться к ним с юмором. В жизни детей ждут не только приятные знакомства. Поэтому советую учить каждого ребенка иронично относиться к самому себе. В этом могут помочь различные игры. Рассказывайте ребенку забавные истории о себе или других членах семьи; предложите малышу придумать смешную историю о нем самом.

Привыкнув к тому, что каждый человек (даже мама и папа!) может оказаться в смешном положении, ребенок не будет панически бояться ироничного к себе отношения со стороны окружающих, ведь не исключено, что в любой момент он может стать объектом насмешек или причиной безудержного веселья.

Чувство юмора — замечательный помощник в трудных ситуациях и порой единственный способ достойного выхода из создавшегося положения: метко сказанное слово или шутка в ответ на обидное прозвище, ироничное отношение к себе и насмешнику способны разрядить обстановку. Ребенку же с физическими дефектами веселый нрав поможет компенсировать эти недостатки и позволит ему всегда быть в центре внимания сверстников, потому что людям любого возраста, а детям особенно, свойственно тянуться к веселым добродушным людям, отличающимся особой отзывчивостью.

При этом с раннего детства научите ребенка видеть в себе не только недостатки, которые обязательно заметят окружающие и при каждом удобном случае напомнят о них, но и достоинства. Предложите поиграть в игры **«Кто я?»**, **«Что во мне хорошего, а что плохого?»**, в которых должны принять участие не только дети, но и взрослые. Смысл этих игр состоит в том, чтобы не стесняясь, открыто называть то, что, по вашему мнению, является в вас привлекательным, а что портит (мама, например, говорит: «У меня длинный нос, но прекрасные шелковистые волосы, а еще я пеку очень вкусные пироги»; папа: «Я очень худощавый, зато могу починить любой электроприбор»).

Если ребенок недостаточно общителен, замкнут из-за внешней непривлекательности, сделайте особый акцент на его внутренних достоинствах. Это поможет малышу не занижать собственную самооценку («Я несколько полноват, зато всем со мной весело», «У меня торчат уши, зато я быстрее всех бегаю», «Я ношу очки, зато лучше всех отгадываю загадки»).

Постепенно подведите ребенка к тому, что для него общение с людьми не представляет опасности. Помогите ему вступать в контакт с окружающими, когда вы гуляете в парке, ждете на остановке автобус, едете в электричке... Пусть сначала это будут соседи или люди, изредка бывающие у вас в гостях, затем совершенно посторонние люди. Повод для обращения к ним совершенно неважен — можно узнать у прохожего, который час, как пройти к остановке или магазину. Постепенно усложните задание: пусть ребенок спросит у незнакомца что-нибудь забавное, например, не видел ли он поблизости красного кота. Можно обратиться к прохожему с какой-нибудь просьбой: например, подержать мяч, пока малыш завяжет шнурок, достать с ветки красивый осенний листок. Можно подарить тете или дяде какой-нибудь подарок: необычный камешек, красивую ракушку — и порадоваться вместе с ним...

Конечно, «объект» для обращения должен выбрать взрослый, то есть вы, родители, чтобы грубый ответ сердитого прохожего не отбил у малыша стремление к общению навсегда.

Изучить другого человека, даже своего собственного ребенка, нелегко. Еще труднее правильно воспитать его, ведь для этого придется проявить огромное терпение и приложить массу усилий. Но мы уверены, что вы испытаете огромное чувство радости в тот день, когда увидите в глазах ребенка безграничную благодарность за то, что подарили ему новый мир, который вовсе не так страшен, как ему казалось еще совсем недавно. Мир этот откликнется на доброту и отзывчивость, которые вы воспитали в своем ребенке, и подарит ему немало счастливых мгновений, стоит только протянуть руки ему навстречу.

Глава 8. ЕСЛИ РЕБЕНКУ ТРУДНО ПОДРУЖИТЬСЯ

Ваш малыш подрастает, и по всему чувствуется, что ему уже недостаточно семейного общества, значит, пора расширить круг его общения.

Чтобы проверить, готов ли ребенок к этому, ответьте на следующие вопросы:

- Много ли у вашего малыша знакомых сверстников? С удовольствием ли он с ними общается?
- Стремится ли малыш к знакомствам?
- Быстро ли он привыкает к новому коллективу?
- Можете ли вы оставить малыша одного, не опасаясь, что он расплачется так сильно, будто вы оставляете его навсегда?
- Активно ли он участвует в различных детских забавах, когда к вам в дом приходят гости, во дворе, на улице, в детском саду?
- Умеет ли он придумывать игры для себя, для братьев и сестер, друзей?
- Тянутся ли к нему другие ребята, приглашают ли к себе в гости? Как относятся к его визитам родители друзей?
- Доброжелателен ли ваш ребенок?
- Часто ли он обижается? Долго ли он помнит обиды, причиненные кем-либо из приятелей или родных?
- Умеет ли он постоять за себя, если возникает такая необходимость?

Если хотя бы на половину вопросов вы ответили «да», значит, ваш ребенок скорее всего свободно завязывает новые знакомства, не испытывая дискомфорта при встрече с малознакомыми людьми. Такой ребенок безболезненно войдет в новый коллектив.

Если же на большинство вопросов вы ответили отрицательно, ваш малыш пока не готов к общению со сверстниками: новые знакомства будут стоить ему больших усилий. Потребуются выдержка и терпение, чтобы помочь малышу освоить науку общения.

ПОЧЕМУ РЕБЕНКУ ТРУДНО СО СВЕРСТНИКАМИ

В жизни каждого ребенка однажды происходит очень важное событие: он вступает в новый коллектив — идет в детский сад, знакомится с ребятами во дворе и т. д. Не всегда новый круг общения сразу же становится близким, очень часто ребенку бывает трудно найти настоящего друга, и новые впечатления не приносят ему ничего, кроме обид и разочарований.

В чем причины этого? Вам всегда казалось, что у вас милый, обаятельный малыш, общительный со взрослыми, бывающими у вас дома, прекрасно ладающий с их детьми. А тут вдруг замкнулся в себе, не хочет идти в детский сад или во двор, потому что ему не нравится играть с другими детьми.

Дело в том, что естественное состояние ребенка — тянуться к ровесникам, к играм с ними. А если он не ищет друзей, стремится к одиночеству, значит, нарушилась гармония его отношений с окружающим миром, с самим собой. Следует как можно скорее разобраться в причинах происходящего и постараться исправить положение.



Попадая в новый коллектив, даже коммуникабельные дети порой теряются. Что же говорить о тех, кто испытывает трудности в общении со сверстниками из-за своих индивидуальных особенностей: повышенной эмоциональности, завышенной или заниженной самооценки, конфликтности, агрессивности, замкнутости, застенчивости?

Причины подобных отклонений в поведении ребенка могут быть самыми разными: излишняя привязанность к кому-нибудь из членов семьи, избалованность, чрезмерная опека родителей, ограничение общения малыша из-за боязни отрицательного влияния на него со стороны друзей, запрет на игры со сверстниками дома по причине болезни кого-либо из членов семьи, усталости родителей после напряженного трудо-

вого дня, нежелания нарушать порядок в доме и т. д.

У ребенка, насильственно изолированного от сверстников, не удовлетворяется естественная потребность общения. Со временем малышу надоедают даже самые любимые игрушки, и он начинает испытывать эмоциональный дискомфорт. Общение с детьми заменяется многочасовым сидением перед телевизором или компьютером, что к тому же может привести к головным болям, ухудшению зрения, нарушению психики. Привыкнув к уединению, ребенок вряд ли сможет наладить контакт с другими детьми.

Когда малыш впервые начинает общаться со своими сверстниками, он сталкивается с непривычной для себя обстановкой: вокруг много новых лиц, не похожих друг на друга, у каждого ребенка свой характер... Со всеми хочется поиграть, подружиться, но что-то мешает чувствовать себя комфортно в этой, казалось бы, желанной среде.

Ничего удивительного в этом нет. Дело в том, что ребенок привык к общению в тесном семейном кругу, где он чувствует себя защищенным, окруженным заботой, где все внимание уделяется только ему, где рядом всегда мама, папа, бабушка или дедушка, которые объясняют, помогут, пожалеют... Теперь ему приходится самостоятельно решать такие сложные даже для взрослого проблемы, как подход к новым людям, выбор друга или подруги.

В последнее время ко мне часто стали обращаться растерянные родители, чьи дети своим поведением напоминают улиток или раков-отшельников, живущих в своих тесных замкнутых мирках. Любые попытки сверстников пообщаться с ними заканчиваются неудачей: они прячутся в свой «домик» и не поддаются ни на какие уговоры.

Вот рассказ одной мамы:



«Когда Машеньке было три года, я ушла с работы. Муж прилично зарабатывает, да и дочке хотелось уделить больше внимания. До этого она ходила в детский сад, и я считала, что нескольких часов вечера не общения и совместных выходных недостаточно, чтобы выстроить нормальные отношения. Теперь доченька всегда у меня на глазах, все как-то спокойнее. Что бы я ни делала — готовила, гладила белье, стирала, — она всегда рядом: то с куклой возится, то рисует. Но когда идем гулять — к детям не подходит. Говорю ей, чтобы поиграла с девочками, а она ни в какую. Через год ей в школу идти, а она от меня ни на шаг. Возжу ее в группу для дошкольников, так приходится во время занятий под дверью сидеть, потому что она меня не отпускает».

Причина подобного поведения девочки — внушение, пусть невольное, со стороны матери, что дочери может быть хорошо только рядом с нею.

Еще один пример. На приеме мама с трехлетним сыном: «Уже целую неделю пытаюсь оставить ребенка в детском саду, но мне это не удается. Каждое утро превращается в кошмар. Как только подходим к детскому саду, он «уходит в себя», перестает отвечать на мои вопросы. Вчера я его все-таки оставила в саду, а в результате он весь день проплакал, ничего не ел, с детьми не играл...» Я в присутствии мамы побеседовала с мальчиком и отметила, что у него открытый и доверчивый взгляд, он стремится к общению, искренне хочет, чтобы у него появились друзья.

В разговоре с мамой я выяснила, что мальчик очень развит: считает до 100, знает буквы, читает наизусть много стихотворений. Дома в основном находится под присмотром бабушки, которая во внуке души не чаёт и ухаживает за ним, как за тепличным растением. Мальчик в данном случае настолько привык к заботливому отношению любящей бабушки, что просто боялся остаться один в большом незнакомом коллективе. Излишняя привязанность к родным и вызванная этим застенчивость мешали ему раскованно вести себя с ровесниками. Я посоветовала маме или бабушке несколько дней побыть в детском саду вместе с мальчиком, чтобы помочь ему привыкнуть к новой обстановке. Через неделю мама пришла на прием одна и сказала, что мальчик освоился в новом коллективе, подружился с ребятами. Присутствие родных создало ощущение защищенности, которое способствовало тому, что ребенок увидел положительные стороны общения со сверстниками и легко вписался в новую обстановку.

Причиной трудностей в общении могут быть различные травмирующие обстоятельства. Малыша могли обидеть, обозвать, дать нехорошее прозвище. После этого новичку вряд ли захочется общаться с детьми, а то и вообще находиться рядом с ними.

Такой случай произошел с девочками-тройняшками четырех лет, которые отказались ходить в детский сад, когда их обозвали тремя поросятами (девочки были несколько полноваты). Только благодаря особому вниманию родителей, которые помогли девочкам воспринять свой недостаток с юмором, и чуткости воспитательницы другого детсада, сумевшей предотвратить подобный инцидент и ввести сестренку в уже сложившийся детский коллектив, девочки смогли избавиться от своих страхов и найти друзей.

Первые контакты малыша с ровесниками часто заканчиваются печально.

Одна из наиболее распространенных причин этого — излишняя застенчивость ребенка. Такая проблема возникает, как правило, если родители малыша очень властны и нетерпимы. Замечая в ребенке какие-либо недостатки, они стараются оказать на него давление, считая, что разговор на повышенных тонах, нажим способны их искоренить.

Такой метод воспитания лишь усугубляет ситуацию, усиливая застенчивость ребенка, которая при этом может вызвать «уход в себя» или так называемую «тихую агрессивность». В последнем случае малыш будет выражать протест не в открытой, а в скрытой форме: все будет делать вам назло.



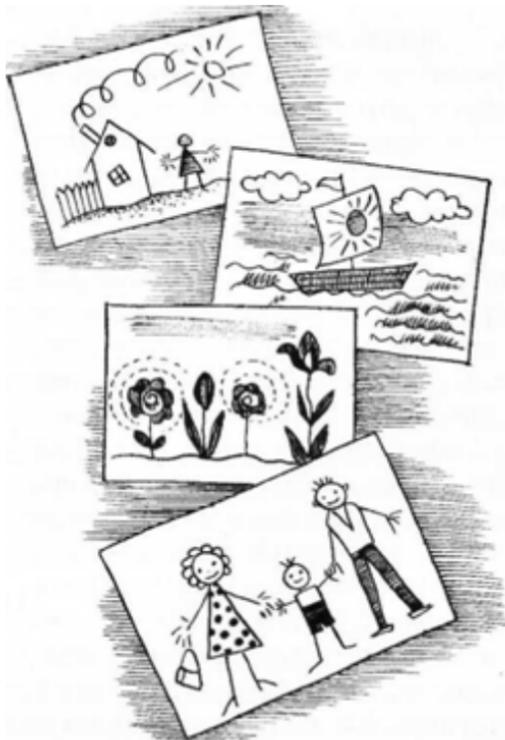
Другая причина того, что ребенок не может установить контакт с другими детьми, — это его чрезмерный эгоизм и стремление к лидерству. Чаще всего с такой проблемой сталкиваются единственные дети в семье или дети, родившиеся первыми и некоторое время воспитывавшиеся как единственные. Ребенок-эгоист — это всегда творение рук близких родственников, с которыми он живет: мамы, папы, бабушки, дедушки. Привыкнув ко всеобщему вниманию в семье, малыш и в новом коллективе стремится занять центральное место, стать лидером. Но сверстники, как правило, не принимают таких детей в компанию, не хотят подчиняться воле новичка, им очень трудно понять и принять его капризы. А что может быть обиднее для ребенка, любая прихоть которого в семье всегда воспринималась как руководство к действию? Он не сможет сразу перестроиться и согласиться вести себя со сверстниками на равных. Поэтому он может замкнуться в себе, стать обидчивым, неразговорчивым или же, наоборот, слишком агрессивным, несговорчивым, упрямым. Так желание семьи ограничиться одним ребенком, чтобы дать ему все самое лучшее, оборачивается порой серьезной

проблемой: он не может научиться нормально общаться не только с детьми, но и со взрослыми, требуя безоговорочного выполнения всех своих капризов.

Нарушение гармонии взаимоотношений с окружающими может привести к тому, что не только в раннем детстве, но и в более старшем возрасте ребенку будет трудно находить друзей среди сверстников.

Как же определить, к какому из двух типов (застенчивый или эгоистичный) относится ваш ребенок? Случается, что в семье дети ведут себя совершенно иначе, чем вне ее, и порой даже очень наблюдательные родители не могут дать точного ответа на вопрос: каков мой ребенок? Попробуйте провести несложное психологическое упражнение. Предложите детям изобразить себя в полный рост на белом листе бумаги.

Детский рисунок по праву считается «королевским путем» познания мира ребенка, недаром им интересуются не только педагоги и психологи, но и историки, философы, этнографы, художники. Первая публикация о психологии детского рисунка вышла в 1887 году в Италии, и с тех пор количество психологических исследований этой темы неуклонно растет. В большинстве из них утверждается, что детское творчество отражает уровень развития малыша, так как он рисует не то, что видит, а то, что понимает.



Если малыш нарисовал себя в виде очень маленькой фигурки где-то в углу листка, это может свидетельствовать о его неуверенности в себе, застенчивости, о желании быть маленьким и незаметным. Родителям в таком случае срочно следует заняться коррективкой самооценки ребенка. Если он не научится осознавать себя нужным и полезным людям, вы рискуете потерять его как личность.

Можно предложить ребенку нарисовать себя и друзей. Обратите внимание на расположение фигур. Если малыш изобразил себя в центре, возможно, у него есть задатки лидера; если все дети держатся за руки и их фигурки примерно одинаковы по величине, ваш ребенок скорее всего легко сходится с другими детьми; если же его собственная фигурка изображена где-то в стороне и при этом мельче остальных фигур — это предупреждение о серьезных проблемах в общении со сверстниками.

Есть дети, которым удается общение только с людьми определенного круга. Одни из них не могут сойтись со сверстниками, но быстро находят общий язык с детьми значительно младше или старше себя. Другие стремятся общаться только с мальчиками или только с девочками, третьи предпочитают общество взрослых.

Ребятушки, стремящиеся к общению с детьми старше себя, очень часто обгоняют в развитии своих сверстников, игры с которыми им просто неинтересны. При этом, если ребенок любит возиться с малышами, это вовсе не говорит о том, что он отстает в развитии, просто в процессе воспитания у него сложился определенный стереотип поведения, заключающийся в постоянной потребности кого-то опекать.

Тяготение к играм только с мальчиками или только с девочками объясняется особенностями воспитания или темперамента ребенка. Поведение таких детей тоже требует коррекции. Ведь когда ребенок станет взрослым, ему придется жить в обществе, не отличающемся своей однородностью. Поэтому важно с раннего возраста ориентировать его на общение с разными людьми.

Дети, предпочитающие находиться в обществе взрослых (нередко они сидят в одной комнате со взрослыми, с интересом слушают их разговоры, пытаясь вставить свое словечко), очень сильно привязаны к родителям, поэтому трудно сходятся со сверстниками.

Итак, два типа детей особенно предрасположены к трудностям в общении с ровесниками: «тихони» и потенциальные лидеры. Лидер так или иначе найдет свое место «под солнцем», не приобретет друзей миром, так «завоюет» их. Гораздо сложнее придется застенчивому ребенку, поэтому именно этому типу детей посвящена следующая глава.

КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ЗАСТЕНЧИВОСТЬ

Одна из основных причин, почему ваш ребенок не может общаться с другими детьми, — чрезмерная застенчивость. Бывает, что даже доверчивые дети, добрые, искренние, потенциально готовые к общению, не могут преодолеть психологический барьер и установить контакт со сверстниками.

Как помочь сыну или дочери научиться свободно общаться?

Прежде всего не привязывайте ребенка к себе. Конечно, очень приятно ощущать свою нужность этой милой крохе, упиваться ее любовью, ее желанием всегда находиться рядом. Но такая привязанность может привести к формированию нежизнеспособной личности, идущей на поводу у более сильного, прячущейся от решения любых возникающих проблем.

Родителям нужно усвоить, что общение с другими детьми также необходимо дошкольникам, как и общение с членами семьи. Если пребывание в кругу семьи дает ребенку чувство собственной значимости, то контакты со сверстниками стимулируют развитие личности. Если хотите, чтобы из вашего малыша вырос полноценный человек, не лишайте его ни того, ни другого.

Родители должны понять, что для ребенка очень важно хотя бы иногда приглашать гостей к себе домой. Самоутверждение необходимо в любом возрасте, а собственный дом для этого самое подходящее место. Здесь он может похвалиться чистой и порядком в своей комнате, коллекцией вкладышей или наклеек от жевательной резинки, многообразием игрушек, может показать своего любимого щенка или котенка, которого ему подарили на день рождения. Это повышает авторитет малыша в глазах других детей, а следовательно, способствует обретению им уверенности в себе. К тому же игры дома не менее важны, чем игры на улице. Следует, конечно, заранее договориться с малышом, что после ухода гостей в комнате будет такой же порядок, как и до их визита. А если в доме кто-то болеет или отдыхает, объясните, что для забав желательно выбрать спокойные занятия: отгадывать загадки, играть в настольные игры и т. д. В общем, при разумном поведении родителей и ребенок будет вести себя правильно.

Важно, чтобы малыш понял, что в семье должны учитываться желания всех ее членов, что если его интересы уважают, то и он должен уважать интересы других членов семьи. Тогда ваш ребенок вырастет человеком, способным проявлять внимание и сочувствие к тем, кто будет с ним рядом. Это, в свою очередь, поможет ему находить общий язык с окружающими, ведь внимательные, чуткие люди всегда являются душой общества.

Чтобы ребенок не был замкнутым, родителям следует придерживаться следующих нехитрых правил:

1. С самого раннего возраста малыша старайтесь создавать такие условия, чтобы у него была постоянная возможность общения с ровесниками, так как чем реже такие контакты, тем меньше вероятность найти друзей. Ходите в гости в семьи, где есть дети, приглашайте соседских ребятшек к себе домой, устраивайте праздники, позволяя малышам проявлять инициативу, выдумку, способности.

2. Не опекайте детей чрезмерно, не подавляйте их волю, чаще предоставляйте возможность действовать самостоятельно.



3. Помогите ребенку найти постоянного партнера по развлечениям из числа соседских мальчиков и девочек. Чем раньше вы это сделаете, тем лучше. Поймите, что даже самые теплые отношения с родителями не заменят малышу общения с другими детьми.

4. Не оставайтесь сторонним наблюдателем, когда ваш сын или дочь общается со сверстниками. Включайтесь в игру на правах участника, помогая устанавливать между детьми дружеские контакты. Если требуется срочное вмешательство, например, если дети поссорились, выступите в роли миротворца; если вдруг разладилась игра, возьмите инициативу в свои руки, постарайтесь заинтересовать детей в ее продолжении, предложите что-нибудь новое, более интересное.

5. Не переусердствуйте, помогая детям в их забавах. Если каждый следующий поступок сына или дочки будет подсказан вами, каждая игрушка изготовлена вашими руками при их пассивном участии, а игра задумана не ими, а вами, эти старания пойдут малышу не на пользу, а во вред. Вместо заинтересованности возникнет беспросветная скука, а в результате — безволие, несамостоятельность, неверие в свои силы, чрезмерная податливость посторонним влияниям, зависимость от более сильного человека, а следовательно — невозможность полноценного общения.

6. Играйте, веселитесь, шалите с ребенком на равных.

7. Придумывайте вместе с ним различные истории, главными действующими лицами которых будут он и его товарищи. Пусть эти истории носят поучительный характер.

8. Учите малыша не только играть в игры, придуманные вами, но и создавать свои. Помогите ему научиться толково объяснять правила игры, в которую он предлагает поиграть.



9. Учите его открыто и спокойно высказывать собственное мнение, доказывать его, не повышая голоса, без истерики и обиды.

10. Старайтесь реже менять круг общения детей (например, группу в детском саду), так как частая смена коллектива отрицательно влияет как на застенчивого ребенка, так и на ребенка с задатками лидера. Если же по объективным причинам это все-таки пришлось сделать и ваш малыш долго не может привыкнуть к новому коллективу, придумайте что-то такое, что привлечет к нему внимание ребятшек (например, организуйте чаепитие с играми и конкурсами).

11. Приветствуйте и поддерживайте стремление ребенка к общению со сверстниками, к созданию хороших отношений с ними. Похвала родителей — прекрасный стимул для каждого малыша.

12. Больше бывайте с ребенком на улице, чтобы с самого раннего возраста он мог привыкнуть к тому, что живет среди людей и что общение с ними не необходимость, а приятное времяпрепровождение. Именно во взаимоотношениях с друзьями раскрываются лучшие человеческие качества. С детства находясь в окружении разных людей, ребенок легче сходится с людьми, привыкает к тому, что широкий круг общения — это естественно для нормального человека.

13. Не ругайте его за то, что он сторонится общества детей, предпочитая быть с матерью, бабушкой или другими близкими. Не давите на него. Это вызовет лишь обратный эффект: ребенок замкнется в себе. Пойдите другим путем — помогите ему влиться в игру, приняв в ней участие вместе с ребенком, а когда он увлечется, постарайтесь незаметно исчезнуть из поля его зрения.

14. Рассказывайте ребенку сказки, истории — выдуманные или происходившие в действительности — о крепкой дружбе, о том, как люди помогают друг другу в беде. Необходимо, чтобы эти истории были просты и понятны для малыша, чтобы они навели его на мысль, что у каждого человека должен быть хотя бы один настоящий друг, с которым интересно играть, делиться секретами, помогать ему: «Такой друг не даст тебя в обиду, но и ты должен его защитить, если потребуется».

Истории помогут ребенку разобраться, например, в том, кого можно считать верным другом, а кого нет, как выбрать себе хорошего товарища.

Приведу в качестве примера несколько историй, на основе которых вы сможете сочинять рассказы для своего ребенка.

«Давным-давно жила женщина, и было у нее три сына. Когда дети выросли, отправила она их в дальний путь — мир посмотреть, делу научиться. Каждому сыну дала мать совет, как правильно друга выбрать. Первому сказала: «Нарочно отстань в пути, а спутнику крикни: «Седло съехало набок, надо поправить, а ты поезжай, я тебя догоню». Если уедет попутчик, не предложит помощи — не товарищ он тебе». Второму сказала: «Проголодаешься, достанешь из дорожного мешка хлеба краюху, протяни ее спутнику, чтобы разделил. Если возьмет он себе большую часть хлеба, а меньшую отдаст тебе — жаден он, не иди с ним дальше». Третьему сказала: «Если придется в пути туго, нападут на вас разбойники, предложи своему попутчику скакать вперед, спасти свою жизнь. Если бросит тебя, умчится прочь — трус он, не годится для верной дружбы».

Или вот еще одна история, которая научит ценить чувство товарищества, помогать другу в трудной ситуации:

«Жили-были в лесу два друга — Олененок и Бельчонок. Все лето они вместе играли.

Новот наступила зима. Выпал снег, который однажды после оттепели покрылся толстой коркой льда. Заплакал Олененок, не может он разбить ледяную корку. Увидел Бельчонок, что его друг плачет, и спрашивает:

— Что случилось, дружок? Олененок отвечает:

— Нечего мне есть, Бельчонок. Не могу достать из-под льда травку.

— Не грусти, Олененок, я тебе помогу.

Вынесон из своего дупла сушеные грибы и дал Олененку. Всем стало весело: и Олененку, и Бельчонку, и всем вокруг».

Для преодоления застенчивости ребенка полезно устраивать детские праздники. Пусть это будет настоящее торжество с угощением — сладостями, напитками и мороженым, — с детскими играми, конкурсами, загадками. Родители, взяв на себя подготовку вечера, должны стать на нем добрыми волшебниками и сделать все, чтобы дети не чувствовали себя скованно, чтобы каждому досталась хотя бы капелька внимания. Желательно, чтобы каждый из приглашенных побыл в роли ведущего одной из игр, принял участие в конкурсе, получив какой-нибудь приз.

Важный этап праздника — подготовка к нему. Продумайте программу, привлечите к организации задуманного детей. Пусть каждому (с учетом возраста, конечно) достанется какое-нибудь несложное дело. При этом подведите ребятшек к мысли, что все это они придумали сами, похвалите за то, что у них все прекрасно получается.

В развитии коммуникативных способностей детей большую роль играют публичное чтение стихотворений, сольное пение, рассказывание сказок, участие в инсценировках и кукольных спектаклях. Если у вас есть возможность, запишите ребенка в какую-нибудь студию, если нет, развивайте его сценические способности дома. Если у ваших друзей дети ровесники вашего ребенка, устраивайте прогулки, вечера отдыха и развлечений, представления и спектакли вместе с ними. Для инсценировки используйте самые простые сказки — «Репка», «Колобок», «Теремок», но постарайтесь, чтобы у каждого актера был костюм или хотя бы атрибуты персонажа, которого он изображает.

Больше играйте с детьми! Во время игры проявляются их независимость и самостоятельность, раскрываются достоинства и недостатки. Именно в игре легче всего корректировать их поведение, исправлять то, что мешает им свободно общаться со взрослыми и сверстниками: чрезмерный эгоизм или излишнюю застенчивость.

Желательно создать в семье традиции игрового общения, используя для этого такие праздники, как Новый год, Восьмое марта, День защитника Отечества... Надо только проявить немного изобретательности.

Например, под Новый год можно устроить дома маскарад, пусть взрослые станут «детьми», а дети — «взрослыми».



Это поможет ребенку раскрепоститься, снять накопившиеся обиды и раздражения. Например, один мальчик в роли папы отдавал властным голосом родителям-«детям» команды:

«Сейчас же садись за стол! А ну-ка вымой свои грязные руки! Чтобы через десять минут твоя комната была в полном порядке!» Родители, в свою очередь, могут изображать из себя непослушных, медлительных, неряшливых детей. Все это вызывает веселый и безобидный смех играющих и помогает и детям, и родителям увидеть свои

недостатки со стороны и скорректировать собственное поведение.

На праздник Восьмого марта мужская часть семьи может не только заняться приготовлением праздничного обеда, но и поиграть в сказочную страну, обращаясь с представительницами женского пола, как с королевами и принцессами. Представьте, сколько веселья вызовут постоянные обращения к ним «Ваше величество», «Ваше высочество», церемониальные поклоны и реверансы, категорический запрет сидеть в присутствии «коронованных особ».

В День защитника Отечества можно организовать «Рыцарский турнир», и пусть сыновья вместе с отцом примут участие в различных забавных конкурсах.

Очень сплачивают детей коллективные игры, особенно популярные в теплое время года: «Жмурки», «Кошки-мышки», «Гори, гори ясно!». Но и зимой можно устроить на улице всевозможные спортивные состязания: «Меткий глаз», «Снежный баскетбол», «Не промахнись!».

Правила таких игр, как «Жмурки» и «Кошки-мышки», знают все. Познакомимся с содержанием других игр.

«Гори, гори ясно!»

Участники выстраиваются в две шеренги в затылок друг другу. Хором произносят такие слова:

Гори, гори ясно,

Чтобы не погасло.

Гляньна небо: птички летят,

Колокольчикизвонят!

На словах «Глянь на небо...» дети, стоящие первыми, поднимают головы вверх, а на заключительных словах бегут наперегонки до финишной черты. Кто прибежит первым, тот и выиграл.



«Меткий глаз»

Нарисуйте на стене дома, где нет окон, или на деревянном щите большую мишень. Лепите снежки и кидайте в мишень. У кого больше попаданий в центр мишени, тот и выиграл.

«Снежный баскетбол»

В баскетбольное кольцо или, если его нет, в обыкновенное ведро бросайте снежки. Выиграет тот, кто попадет чаще всех.

«Не промахнись!»

Нарисуйте на снегу большой круг (диаметром 5—6 м), отойдите от него на несколько шагов и бросайте в него снежки. Кто попал, отходит еще на два шага, затем еще. Продолжайте до тех пор, пока не останется один победитель.

Больше фантазируйте, придумывайте новые игры и побуждайте к этому детей, поощряйте работу их воображения.

Очень эффективны для преодоления застенчивости так называемые контактные игры, когда дети прикасаются друг к другу, естественно, в разумных этических и эстетических пределах.

«Лавата»

Ребятишки встают в круг, берутся за руки и, двигаясь по кругу, напевают *Дружнотанцуем мы, та-та-пи, та-та-та, Танец веселый наш «Лавата». Мои ноги хороши, А у соседа лучше!*

С этими словами они дотрагиваются до ног соседей по кругу и продолжают движение с песней, меняя слово «ноги» на «волосы», «уши», «локти», «пальчики» и т. д.



«Путаница»

Под веселую музыку малыши становятся в круг, закрывают глаза и, вытянув руки вперед, сходятся в центре. Правой рукой каждый из участников игры берет кого-нибудь за руку, левая остается свободной, чтобы за нее кто-то взялся. Когда все взялись за руки, открывают глаза и пытаются распутаться, не разнимая рук.

«Жмурки»

Ведущий с завязанными глазами ловит других участников игры, старающихся ему не попадаться. Поймав кого-либо, он пытается на ощупь угадать, кто это.

Предложите малышам ролевые игры, в которых разыгрываются различные ситуации: «В магазине», «В парикмахерской», «На приеме у врача» и т. п. Подготовьте для этого нехитрые атрибуты той или иной профессии (их можно сделать из картона). Увидите, что через игру ваш застенчивый малыш постепенно научится свободному

общению.

Дети очень любят коллективные речевые игры, которые можно проводить и зимой, и летом, и в помещении, и на улице.

«Доскажи словечко»

Взрослый ведущий начинает строку, дети хором или по очереди ее заканчивают:

1.
Я хочу устроить бал,
Я гостей к себе... (позвал).
Каждый тут у нас талант —
И певец, и... (музыкант).
Хватит кукушаться, скучать, начинаем... (танцевать).
Если танцы надоели, покачайтесь на... (качелях).
И качаться надоело?
Принимаемся за... (дело).
Лучше уж за стол присесть и мороженое... (съесть).
Все наелись, детвора? Поиграть тогда... (пора)!

2.
Ра-ра-ра — начинается». (игра).
Ры-ры-ры— у мальчиков... (шары).
Ро-ро-ро— у нас новое». (ведро).
Ру-ру-ру— продолжаем мы... (игру).
Ре-ре-ре— стоит домик на... (горе).
Ри-ри-ри— на ветках.» (снежири).
Ар-ар-ар— кипит новый... (самовар).
Ор-ор-ор— созрел красный... (помидор).
Ир-ир-ир— мой папа». (командир).
Арть-арть-арть— на стене висит... (фонарь).

3.
Вот теперь настал черед
Сыграть в игру «Наоборот».
Скажу я слово «высоко»,
А ты ответишь: (низко).
Скажю слово «далеко»,
А ты ответишь:.. (близко).
Скажю слово «потолок»,
А ты ответишь:... (пол).
Скажю слово «потерял»,
И скажешь ты:.. (нашел).
Скажю тебе я слово «трус»,
Ответишь ты:... (храбрец).
Теперь «начало» я скажу,
— Ну, отвечай:.. (конец)!

4.
В реке большая драка,
Поссорились два», (рака).

Где обедал воробей?
В зоопарке у... (зверей).
Надлугами, над водой
Хлынул дождик проливной,
А потом повисло
В небе коромысло.
Ребятишек радует Цветная.» (радуга).
Лесники ее котят
Взять домой не захотят.
Ей не скажешь: «Кошка, брысь»,
Потому что это... (рысь).
Ну и платье: сплошь иголки,
Его носят только»... (елки).
Не колючий, светло-синий, По утрам повсюду»... (иней).
Кругла, рассыпчата, бела,
На стол она с полей пришла.
Ты посоли ее немножко.
Ведь это вкусная... (картошка).
Заставил плакать всех вокруг,
Он не драчун, а просто»... (лук).
Я — хозяйка разных снов
Про дельфинов и слонов,
Про дворцы хрустальные
И про звезды дальние.
Выложите, и на ушко
Вам нашепчет сны»... (подушка).
Длинным клювом тонким схватит лягушонка.
Капнет с клюва капля. Кто же это?» (цапля).
У меня пропал носок,
Утащил его... (щенок).
Серый волк в густом лесу
Встретил рыжую»... (лису).
Просыпаюсь утром рано
Вместе с солнышком румяным.
Заправляю сам кроватьку,
Быстро делаю... (зарядку).

Не страшно, если ребенок вставит не то слово, которое вы ожидали. Игра от этого может получиться еще интереснее и веселее, особенно если ребята придумают несколько вариантов ответов.

Так изо дня в день, преодолевая застенчивость, ваш малыш научится общаться со своими сверстниками. Наша следующая задача — помочь ему установить правильные взаимоотношения с товарищами.

КАК НАУЧИТЬСЯ ОБЩАТЬСЯ

Чтобы ребенок уверенно чувствовал себя во время общения с другими детьми, вел себя спокойно и с достоинством, следует неустанно внушать ему общеизвестный принцип поведения: «Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой». Объясните ему, что общение должно сводиться к диалогу. Как часто мы, взрослые, заменяем его монологом. Беседуя, мы вроде бы слушаем друг друга, но слышим ли? Так вот, давайте прежде всего учить свое дитя именно слышать другого, быть внимательным к настроению, желаниям, чувствам собеседника.

Помогите ребенку усвоить следующие правила, необходимые ему для общения со сверстниками:

- Играй честно.
- Не дразни других, не приставай со своими просьбами, не выпрашивай ничего.
- Не отнимай чужого, но и свое не отдавай без вежливой просьбы.
- Если у тебя попросят что-нибудь — дай, если попытаются отнять — защищайся.
- Не дерись, если в этом нет необходимости. Ударить можно только для самозащиты, когда бьют тебя.
- Не поднимай руку на того, кто заведомо слабее тебя.
- Если тебя зовут играть — иди, не зовут — попросись, в этом нет ничего постыдного.
- Не ябедничай, умеи хранить доверенные тебе секреты.
- Чаще говори: давай вместе играть, давай дружить.
- Уважай желания и чувства тех, с кем играешь или общаешься. Ты не лучше всех, но и не хуже.

Учиться общаться ребенок может не только в кругу сверстников, но и дома, играя с кем-нибудь из взрослых, которые помогут разобраться в сложной ситуации. Предлагаю поиграть со своим малышом в игру «Что будет, если...».

Предложите ребенку следующие ситуации и обсудите с ним каждый из его ответов:

1. Твой друг, пробегая мимо, нарочно толкнул тебя, но споткнулся сам и упал. Ему очень больно, он плачет. Что ты сделаешь?
2. Друг без разрешения взял твою игрушку. Что ты сделаешь?
3. Один мальчик (девочка) постоянно дразнит тебя и смеется над тобой. Как ты поступишь?
4. Приятель нарочно толкнул тебя, причинив боль. Что ты будешь делать?
5. Друг или подруга доверили тебе тайну, а тебе очень хочется рассказать об этом маме, папе или еще кому-нибудь. Как ты поступишь?
6. К тебе в гости пришел друг. Вы с ним тихонечко играете в твоей комнате, тут приходит папа и приносит твое любимое мороженое. Как ты поступишь?

Ситуации для обсуждения могут быть самыми разными. Их необязательно придумывать, часто их подсказывает сама жизнь. Проанализируйте случаи, которые произошли с вашим ребенком или с кем-нибудь из его приятелей. Спросите у него, как при этом вел себя он и как вели себя другие дети; обсудите, кто поступил правильно, а кто нет и как еще можно было поступить, чтобы все было справедливо...

Задавая ребенку вопросы, старайтесь незаметно подвести его к правильному решению проблемы, чтобы при этом он поверил, что принял это решение самостоятельно, ведь это так важно для формирования уверенного в себе человека. Это поможет ему

обрести уверенность в себе, и со временем он сможет самостоятельно и достойно справляться с возникающими в жизни сложными ситуациями.

Независимость в суждениях, способность ответственно принимать решения приходит с годами, но можно сформировать у ребенка эти качества раньше. Прежде всего научите его критично оценивать собственные поступки.

В этом вам может помочь «Волшебная шкатулка». Сделайте ее из какой-нибудь коробочки или любого ненужного футляра, а также приготовьте жетоны двух цветов, например красного и зеленого. Пусть каждый вечер ваш малыш кладет в шкатулку жетоны с учетом того, какой поступок он совершил: хороший — опускает красный жетон, плохой — зеленый. В конце недели откройте шкатулку и посмотрите, каких жетонов больше, попросите его рассказать, когда он поступил хорошо, а когда плохо и почему.

Проводите такие беседы спокойно, не повышая голоса, если даже услышанное вам неприятно. Обязательно выясните, что заставило его поступить именно так, а не иначе, и объясните, как нужно было повести себя в данной ситуации.

Не навязывайте малышу своего мнения. Если вдруг между вами возник спорный вопрос, необязательно при его решении последним должно быть именно ваше слово. Помните об интересах ребенка. То, что, на ваш взгляд, правильно, далеко не всегда является таковым с его точки зрения. Умейте выслушать его, каким бы спорным, по вашему мнению, ни было то, что он говорит. Непонимание со стороны родителей может отрицательно сказаться на общении с другими людьми.

Если малыш не хочет рассказывать о плохих поступках, не настаивайте на этом. Тот факт, что он отказывается об этом говорить, уже свидетельствует, что он осознает неправильность своего поведения и в следующий раз не повторит подобного.

Обязательно похвалите малыша за хороший поступок, за правильное решение.

Предоставьте право решать некоторые проблемы ему самому. У него все-таки своя жизнь. Согласитесь, что мальчик предпочтет получить оплеуху от своего более сильного товарища и после этого вступить с ним игру, чем прятаться за мамину юбку. А девочка, поссорившись с подружкой из-за красивой куклы, очень скоро забудет свою обиду и продолжит игру, а не побежит жаловаться маме или бабушке.

Для полноценного общения необходимо с самого раннего детства развивать у малыша чувство юмора. Люди, умеющие со смехом, улыбкой, шуткой выйти из затруднительного положения, всегда в центре внимания. Они, как правило, живут в ладу с окружающими в любом коллективе — детском, взрослом или разновозрастном.

Начните с воспитания у ребенка чувства самоиронии. Ни в коем случае не путайте его с самоуничижением, заниженной самооценкой. Самоирония поможет ему проще смотреть на собственные недостатки (вспомним случай с девочками-тройняшками), легко выходить из непростых ситуаций или помогать в подобных случаях товарищам. Приобретя с вашей помощью это замечательное качество, вместо плача на обидную дразнилку или прозвище он ответит улыбкой или скажет что-нибудь смешное, но безобидное, тем самым пристыдив обидчика.

Начните развивать ребенка как можно раньше, и тогда он будет готов к преодолению трудностей жизни, ее тернистых тропок и ухабов.



Глава 9. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ ХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ САД

НУЖЕН ЛИ МАЛЫШУ ДЕТСКИЙ САД?

Детские сады и ясли вошли в жизнь общества вместе с женским движением за равенство прав с мужчинами и являются его достижением. Эти учреждения в определенной мере освобождают женщин от ухода за детьми и их воспитания, предоставляя возможность заняться получением образования, профессиональной деятельностью, предпринимательством. До настоящего времени в детские сады ходили почти все дети в нашей стране. Но в последние годы появилась альтернатива государственным дошкольным учреждениям. Это — семейное воспитание, возрожденный институт гувернерства, частные образовательные и развивающие учреждения.

Если еще 10 лет назад на ребенка, пришедшего в первый класс не из детского сада, смотрели, как на белую ворону, то теперь ситуация изменилась. Многие мамы воспитывают и развивают детей дома.

Так нужен ли малышу детский сад? Что он дает ребенку? С какого возраста лучше отдавать туда детей? Предлагаю взглянуть на эту проблему с точки зрения детской психологии.

В этой книге я постараюсь ответить на вопросы, которые наиболее часто задают родители на приемах и в письмах, присылаемых на мое имя.

Мама: Мой муж сейчас неплохо зарабатывает и предлагает мне бросить работу и сидеть дома с младшей дочерью до школы. Сейчас нашей дочке почти три года, отпуск по уходу заканчивается через два месяца. Честно сказать, дома сидеть мне уже надоело. Постоянные бытовые вопросы, домашние дела, однообразие и никакого развития и общения. Старший сын, как и большинство детей, ходил в детский сад. И ему, и нам это очень нравилось. Там и к школе лучше подготовят, чем дома, и к детскому коллективу ребенок привыкает, становится общительным. Вот и пришла к вам посоветоваться, как быть: согласиться с мужем и отказаться от садика или нет?

Родители: Мы решили отдать ребенка в школу раннего развития при гимназии. Но нас сразу спросили, ходит ли ребенок в детский сад. А когда узнали, что девочка не посещает его, назначили плату на треть больше. Почему? Неужели наш ребенок дома развивается не так?

Ответить на эти вопросы однозначно нельзя. Да, я считаю, что ребенку полезно посещать детское дошкольное учреждение. Но всегда следует подходить к этому вопросу индивидуально. Ведь не всех детей в силу каких-то физических или психологических причин можно оторвать от дома, мамы и соответствующего домашнего режима. Могут быть и противопоказания врачей, которым обязательно надо показать ребенка перед тем, как отдать его в детский сад.

В данном случае я буду говорить о большинстве детей, которым МОЖНО и НУЖНО посещать сад.

Каковы же преимущества пребывания ребенка в детском саду и объективные причины, по которым малыш должен его посещать?

• Во-первых, пребывание ребенка в детском саду создает условия для развития у него самостоятельности. В саду малыши значительно легче и быстрее осваивают навыки самообслуживания: учатся самостоятельно есть, одеваться и раздеваться, отправлять естественные потребности, соблюдать личную гигиену, убирать за собой. Все эти премудрости они осваивают в детсадовской атмосфере за три-четыре месяца.

• Во-вторых, в детском саду больше времени, чем дома, уделяется игровой деятельности и занятиям, которые способствуют физическому развитию ребенка, развитию логического мышления, речи, художественных и музыкальных способностей.

• В-третьих, посещение детсадовской группы формирует у ребенка умение общаться в коллективе, приучает взаимодействовать с другими детьми на основе договоренности, учета общих интересов. Это обстоятельство особенно важно для единственных детей в семье. В процессе общения дошкольники учатся ждать своей очереди, делиться тем, что имеют, умерять личные желания. Дети не просто привыкают друг к другу, а устанавливают достаточно тесные отношения. При этом, подражая, учатся у сверстников тому, чего не умеют сами.

В условиях детского сада исчезает установка «Я — МОЕ», актуальной становится установка «НАШЕ — ОБЩЕЕ». Ребенок делится игрушками, помогает сверстникам, если они еще не научились, одеваться и раздеваться, объясняет правила игры тем, кто их не знает.

Большую роль в воспитании и обучении детей дошкольного возраста играет воспитатель. Он прививает им навыки самообслуживания, учит общаться с ровесниками и взрослыми. Под руководством воспитателя в процессе игровой и познавательной деятельности, наблюдений за природой и окружающим миром дети приобретают знания, умения и навыки, необходимые для их всестороннего развития. Содержание, цели и задачи работы с детьми воспитатель планирует с учетом их возраста.

• В-четвертых, преимущество пребывания ребенка в детском коллективе является избавление его от эгоцентрических установок. Эгоцентризм ребенка проявляется как стремление судить обо всем происходящем исключительно со своей позиции и отрицать все, что не отвечает собственным интересам. Дошкольники, чье развитие происходит в условиях детского сада, способны учитывать позицию и мнение другого уже в 4—4,5 года, а при домашнем воспитании эгоцентрические установки исчезают только к 5—6 годам, а иногда сохраняются и до 7—8 лет.

Вот пример из письма молодой мамы:

«Мой сын не ходит в детский сад. Мы с мужем решили, что лучше я буду сидеть с ним дома. Так ребенок избежит болезней и будет всегда ухожен. Но в последнее время у меня стали возникать проблемы с воспитанием Сережи (ему четыре года). Перестал слушаться, предъявляет различные требования типа: «Купи то, купи это», «Я не хочу это делать», «Дай мне...». На улице не может нормально играть с другими детьми, навязывает свои условия, а если ребята не соглашаются, в ход идут оскорбления и угрозы, да такие, что мне становится стыдно за сына. Никогда ни с кем не поделится, даже с нами, родителями. Я думала, что правильно его воспитывала, а теперь сомневаюсь в этом. Растет он эгоистом. Помогите, пожалуйста, найти выход из создавшейся ситуации. Может быть, сказывается домашнее воспитание, когда поначалу мы многое ему позволяли, а потом старались не обращать внимания на капризы, так как думали, что с возрастом это пройдет».

Это письмо я не могла оставить без внимания, т. к в нем описана типичная ситуация, связанная с издержками домашнего воспитания. Если вовремя не принять соответствующих мер, такие дети вырастают эгоистами, способными перешагнуть через любого человека ради достижения своей цели. В данном случае хорошо, что мама сама видит причины эгоистичного поведения сына. Действительно, в домашнем окружении маленькому человечку несложно навязать свою волю и подчинить себе маму и папу. Поэтому родителям очень важно знать меру в проявлении своей любви к ребенку. Если ребенок не слушает многократных объяснений, чего нельзя делать и почему, без наказания уже не обойтись. При этом лучше лишить ребенка чего-то хорошего, например, просмотра его любимых телепередач, прогулки или др., чем сделать ему плохо. К тому же важно спокойным тоном объяснить малышу, какие именно его действия и почему привели к наказанию.

Рассмотренный выше случай свидетельствует о некоторых недостатках домашнего воспитания. Я думаю, таких проблем у мамы могло бы и не быть, если бы ее сын ходил в детский сад, так как в коллективе ему пришлось бы подчиниться общим правилам и нормам поведения, научиться уважать мнение других ребят.

Итак, мною были отмечены некоторые психологические преимущества детсадовского воспитания. Но не следует забывать и о медико-педагогических преимуществах: режиме питания, отдыхе, прогулках, специальных занятиях, способствующих полноценному, разноплановому развитию детей. Учитывайте это, решая вопрос о поступлении ребенка в детский сад.

При этом примите во внимание, что лучший возраст для успешной и скорейшей адаптации ребенка к режиму детского сада — два-три года. На этот период приходится кризис раннего детства, который психологи обычно называют кризисом трех лет. Дети, стремясь утвердить свое «я», тянутся к самостоятельности, относительной автономии существования. Они легче переносят разлуку с мамой, привыкают к воспитательнице, учатся с уважением относиться к взрослым. Именно в это время детсадовский режим благоприятно влияет на становление личности дошкольников, а их адаптация к новой социальной среде проходит менее болезненно.

Воспитателям и родителям на начальном этапе приспособления ребенка к детскому саду следует быть чуткими и внимательными к нему. Задача родителей — морально подготовить ребенка к смене обстановки и режима, объяснить, для чего нужен детский сад, подчеркнуть, что ему там будет хорошо, а чтобы процесс привыкания и адаптации прошел более гладко и быстро, можно посоветовать создать дома режим, близкий к детсадовскому.

Наименее благоприятный возраст ребенка для поступления в детский сад — это четыре года и промежуток от пяти до шести лет. В это время развитие ребенка относительно стабилизируется, и резкое изменение образа жизни, связанное с утратой постоянного общения с близкими людьми, может привести к неприятным последствиям.

Необходимо учитывать, что в любом возрасте погружение в атмосферу детсадовской общности может восприниматься некоторыми детьми как насилие над личностью, как утрата индивидуальности. Тяжелые переживания могут привести к негативным формам поведения: истерикам, капризам, постоянному нытью по выходным, а

иногда и к соматическим расстройствам — повышению температуры, болям в животе и жидкому стулу, обострению хронических заболеваний.

Из-за нежелания ходить в садик ребенок нередко прибегает к манипулированию родителями: плачет, капризничает, требуя возврата к прежней домашней жизни. Он как бы вовлекает взрослых в затяжную «войну», где вопрос «кто кого?» решается то в пользу родителей, то в пользу малыша. Действия ребенка выстраиваются приблизительно по такой схеме: сначала в ход идут просьбы и рассказы о том, как все плохо в садике, если это не помогает, начинаются слезы и истерики, а не действуют они, остается еще одно средство, которое подсознательно выбирает организм, — болезнь.

Как облегчить процесс привыкания к детскому саду, как сделать так, чтобы малыш с удовольствием ходил в садик, я расскажу немного позже. А сейчас постараемся выяснить возможные причины негативного отношения ребенка к детскому саду.

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ ХОДИТЬ В ДЕТСКИЙ САД?

Причин, по которым ребенок не хочет идти в детский сад, может быть множество. Я же остановлюсь на наиболее типичных.

Самая существенная причина — естественное нежелание ребенка отрываться от домашней обстановки и привычного окружения.

Мама: Мой сын так и не смог привыкнуть к детскому саду. Туда отправляешь — плачет, прихожу забирать — бежит ко мне со слезами. Воспитатели говорят, что он с 11 часов лежит в кроватке, ни с кем не разговаривает, не играет, отказывается есть. Так мы промучились три недели. Перестали его водить в садик. Сколько же можно трепать ему нервы? Пришлось моей маме сидеть с ним дома.

Воспитатель: У меня в группе есть одна девочка, умненькая и рассудительная. А что делать с ней, не знаю. Она сидит целыми днями у окна и всех только и спрашивает: «А когда за мной мама придет?» Если с ней посидишь, поговоришь, читаешь книжки, вроде на какое-то время успокаивается. А потом опять за свое. Но я ведь не могу заниматься только ею одной, у меня в группе и другие дети есть, которым тоже нужны внимание, забота. В этой ситуации они оказываются брошенными.

Малыш, не умея мыслить во временной перспективе, воспринимает каждую разлуку с мамой и родными как необратимую потерю. Это будет длиться до тех пор, пока он не усвоит новый для него порядок встреч и расставаний, не привыкнет к ребятам и воспитателям. Ведь даже кошка или собака, оставленная в выходные дни на попечение соседей, тоскует по хозяевам, ведет себя неестественно. Что же говорить о таком сложном существе, как человек. Ребенок не всегда быстро и безболезненно привыкает к шуму, множеству людей, эмоциональной обособленности жизни в детском саду. Некоторые страдают от этого месяцами. А принуждение ходить туда, где малыш чувствует себя дискомфортно, подрывает в его душе веру в родительскую любовь.

Другая причина нежелания ребенка посещать детский сад — это болезненно проходящая смена режима и обстановки. И занятия, и распорядок дня в детском саду рассчитаны на усредненную возрастную норму, они порой не учитывают индивидуальных особенностей детей. В связи с этим многие родители сталкиваются с проблемой тяжелых утренних подъемов или жалоб ребенка на мучительность для него некоторых моментов режима, например тихого часа.



Приучение ребенка к режиму — это формирование привычки вовремя ложиться и вовремя вставать, есть и гулять по часам. При этом нужно иметь в виду, что на каждые сто детей приходится два-три случая длительной или полной дезадаптации к условиям детского сада. Как правило, это единственные дети в семье или часто болеющие малыши, длительное время просидевшие дома с мамой или бабушкой.

Как я уже отмечала, лучший возраст для успешного и скорейшего привыкания ребенка к режиму детского сада — от двух до трех лет. А наименее благоприятный — четыре года и промежуток от пяти до шести лет. Не забывайте об этом, дорогие родители, когда решите отдать свое чадо в детский сад.

Еще одна причина, по которой ребенок не хочет идти в детский сад, — непривычная для него пища.



Мама: *Наша дочь Наташа ходит в детский сад второй год. Воспитатели жалуются, что она очень плохо ест. Дома же ест все подряд и в больших количествах,*



особенно когда приходит из садика. Спрашиваю ее: почему же ты не ешь в садике? Она молчит, ничего не говорит.

А вот строки из другого письма:

«Наш сын — малоежка. В детском саду ничего не ест, а если воспитатели пытаются кормить его с ложки, появляется рвота. И уходить из садика жалко. Там и занимаются с ним хорошо, и воспитатели душевные. Но мы беспокоимся за сына. Ведь это очень вредно для ребенка — ходить голодным с семи утра до семи вечера».

В детском саду трех- четырехразовое питание, что обеспечивает нормальную жизнедеятельность и работоспособность детского организма. Однако нередко родители жалуются на то, что дети плохо едят в садике. Особенно это касается таких блюд, как супы и каши. Если в домашнем меню мы можем достаточно долгое время обходиться без них, то рацион детского питания в детском саду предполагает ежедневное их употребление.

Однажды мне довелось работать с мальчиком, который в период двухмесячного пребывания садика на даче каждый утренний подъем начинал с причитаний: «Не хочу каши!..»

Чем же так не угодны нашим деткам такие полезные блюда, как каша и суп?

Каша, приготовленная на молоке, часто пригорает. Малышам же достаточно один раз попробовать продукт с запахом или вкусом пригоревшего молока, и его вид станет вызывать отвращение. Дети начинают отказываться от пищи, т. к. пищевые рефлексы формируются очень быстро. Нужно заметить, что это не просто каприз, а стойкая реакция организма; прекращаются слюноотделение и выделение желудочного сока, появляются позывы к рвоте. А пища, скормленная насильно, надолго задерживается в желудке, вызывая неприятные ощущения и даже боли.

Теперь немного о супах. Потребление их — дело достаточно сложное и деликатное. Блюдо-то это жидкое, однако пить его нельзя. Аккуратно есть его ложкой умеет далеко не каждый дошкольник. Кроме того, в супах встречаются такие малоаппетитные с точки зрения детей продукты, как жареный лук, морковь, жир. Очень многие дети не выносят их вкуса и запаха. Индивидуальная избирательность тоже играет здесь немаловажную роль. Кто-то не любит рыбный, кто-то молочный или рисовый суп, а выбо-

ра опять-таки нет. Вот и приходится малышам сидеть по 30—40 минут над тарелкой с остывшим супом, в то время как вся группа уже отправилась в спальню на тихий час. И если в домашних условиях мы можем достаточно легко заменить одно блюдо другим, то сделать это в садике значительно сложнее. Здесь существуют утвержденные нормы питания, организовано осуществляется закупка продуктов и их распределение по группам, замена же (например, вместо первого блюда — два вторых) не предусмотрена.



Нелюбовь к определенным блюдам дети могут перенести на детский сад в целом. Объяснить же, почему это произошло, ребята не в состоянии.

Одна из самых важных и распространенных причин, по которой ребенок может отказываться посещать детский сад, — нелюбимый воспитатель. Приведу примеры из бесед с родителями.

Мама: Антон очень быстро привык к детскому саду, дружит со всеми ребятами. И все было хорошо до недавнего времени. Месяц назад его воспитательница, Анна Николаевна, уволилась с работы в связи с переездом на новое место жительства. И нашего ребенка как будто подменили. Стал капризным, угрюмым, с нами грубо разговаривает, а новую воспитательницу, Светлану Ивановну, так вообще обзывает. Кричит, что больше никогда не пойдет в детский сад. Чем она ему так не угодила? Нам с мужем понравилась: молодая, строгая, энергичная, с высшим образованием.

Родители: В нашей группе, как и везде, работают две воспитательницы — Татьяна Алексеевна и Наталья Геннадьевна. Нам обе нравятся. Но одну дети любят, а другую — нет. Когда вечером работает Татьяна Алексеевна, домой ребенка не уведешь: «Мама, подожди, я еще поиграю», — просит. Так и другие дети в группе. А на Наталью

Геннадьевну что-то они обижаются. Не только мы, но и другие родители беседовали со своими детьми, объясняли им, что старших надо слушаться, а воспитателя — тем более, но безрезультатно. Все равно у них какие-то проблемы. Даже хотели с другими родителями заявление написать, да где гарантия, что новая воспитательница еще хуже не окажется.

Напомню, что существует перечень требований, которым должны соответствовать детские сады. Эти требования определяют качество ухода за детьми. В перечень входят:

- соответствующее помещение и персонал;
- наличие необходимых для ребенка вещей: игрушек, мебели, оборудования;
- вкусная, полноценная, хорошо приготовленная и имеющая привлекательный вид пища;
- сердечно и дружелюбно настроенные к детям и родителям воспитатели;
- оборудование для физических упражнений и тренировок;
- возможность выбора вида активности;
- умение воспитателей заинтересовать и вовлечь детей в игры и занятия;
- безопасное оборудование помещений и игровых площадок;
- диетическое питание для нуждающихся в нем детей (ослабленных, больных и т. П.);
- поощрение детей;
- регулярное чередование активных игр и спокойных занятий с отдыхом;
- участие родителей в жизни детского сада;
- регулярное проведение родительских конференций (собраний) с привлечением персонала детского сада;
- элементы новизны и оригинальности в программах детского сада;
- постоянно действующие программы повышения квалификации персонала.

Из приведенного перечня шесть пунктов — более трети выдвигаемых требований — касаются установок и умений персонала детского сада.

Дети обостренно чувствуют настрой и отношение к ним работающих в детском саду людей. Они моментально распознают недоброжелательность, неискренность и отвечают тем же, то есть лишением своей любви и уважения. Поэтому, если не только ваш ребенок, но и другие воспитанники отрицательно относятся к кому-либо из персонала, дело не в их невоспитанности, а в самом воспитателе.

Часто в категорию нелюбимых попадают те воспитатели, которые, чрезмерно опасаясь за жизнь и безопасность своих воспитанников, неразумно ограничивают их свободу и активность. «Прекрати бегать!», «Куда ты забрался?», «Перестаньте размахивать палками!». «Гуляем только на участке!», «Что еще за игру вы придумали?», «Кто разрешил?» — вот типичные выражения, которые свидетельствуют о страхе перед личной ответственностью работников за вверенных им детей.

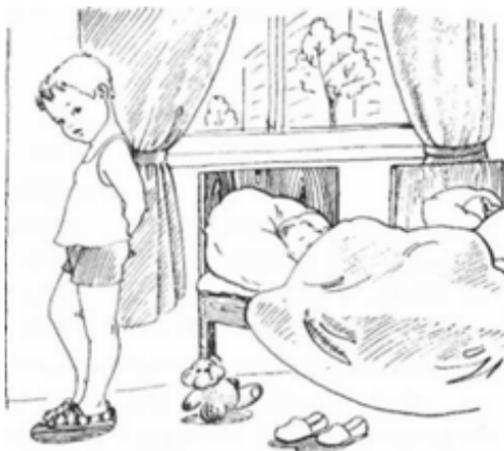
Мальши двух-трех лет обычно достаточно легко подчиняются, а вот среди детей постарше обязательно найдется свободолюбивая личность, которая не станет мириться с подобными ограничениями. Такие дети могут устраивать побеги из сада, что еще больше осложняет их взаимоотношения с воспитателями.

Встречаются случаи, когда воспитатели подавляют активность отдельных детей с помощью наказаний: малышей выставляют в раздевалку, если они разговаривают во время тихого часа, насильно кормят, если они не успевают за другими или отказываются от еды, и т. д. Такое поведение воспитателей также отбивает у детей желание посещать детский сад.

В последнее время все чаще и чаще сотрудники детских дошкольных учреждений обращаются ко мне за консультацией по поводу детей, напоминающих своим поведением улиток или раков-отшельников, живущих в своих замкнутых мирках и реагирующих на попытки взаимодействия с ними уходом в свои «скорлупки». Они не нуждаются в коллективном общении, ведут себя обособленно, не имеют друзей. Причиной

происходящего является так называемое детское одиночество — вещь довольно страшная и, увы, распространенная. Многие родители, решая материальные, профессиональные, личные и другие проблемы, предоставляют малыша самому себе, ограничивая взаимоотношения с ним вопросами ухода.

Нередко такого ребенка прекращают водить в сад, так как он не вписывается в коллектив сверстников.



Мама: Я воспитываю ребенка одна. С мужем разошлись, когда дочери не было еще полугода. Какое-то время никого не хотелось видеть. Так и жили — только я и Аня. Иногда подружка заходила. Отдала дочку в ясли — пришлось забрать. Там она всех дичилась, сидела в углу, плакала, просилась домой. У меня сердце все-таки не каменное. Сейчас ей четыре года, а она так же держится от всех в стороне, отдельно от других ребятшек. Во дворе на прогулке она к ребятам не подходит, так возле меня на лавочке и сидит.

Воспитатель: У нас в группе есть мальчик, замкнутый, неразговорчивый. Целый день сидел бы один. Не драчун, а друзей у него нет. К ребятам подходит очень редко и неохотно, предпочитает рисовать или рассматривать книжки. Мама его — добрая и общительная женщина.

Прежде всего надо понять, что каждый человек, в том числе и маленький, имеет индивидуальную степень выраженности потребностей. Есть люди, которые едят значительно меньше, чем другие, и не потому, что соблюдают диету, а потому, что потребность в пище у них не столь велика и насыщение наступает раньше.

То же происходит и с потребностью в общении. У одних она сильнее, у других — слабее. И если взрослые могут принудить себя из вежливости поддерживать неинтересный разговор, то дети, откровеннее выражая свои чувства и мысли, просто перестанут общаться.

Часто причиной предпочтения одиночества и нежелания ходить в детский сад становятся травмирующие обстоятельства. Малыша в детском саду могли обидеть, обзывать, дать ему прозвище. После подобных инцидентов он больше не хочет общаться с обидевшими его детьми, а порой и вообще замыкается в себе.

Бывает, что, играя в детском саду, он по неосторожности толкнул товарища, попал ему в лицо снежком или песком. Вид крови или слезы сверстника могли произвести

сильнейшее впечатление на психику малыша. В результате — отказ от игр, прогулок, вообще от детского сада. А на все уговоры родителей он будет отвечать безутешными слезами.



В этом случае настойчивость и принуждение со стороны взрослых (родителей, воспитателей) только помешают восстановлению душевного равновесия ребенка. Поэтому следует запастись терпением и постараться спокойно обсудить с малышом это происшествие, помочь ему преодолеть испуг.

Нежелание ходить в садик может проистекать и из-за частых болезней ребенка. Замечательно, когда дети здоровы. Увы, это бывает не всегда. Десять детей на каждую тысячу новорожденных уже страдают тем или иным недугом. Кроме тяжелых соматических и психических болезней, малышей подстерегают травмы и инфекции. По этим причинам многие дети вынуждены сидеть дома.

Поведение больного ребенка во многом отличается от поведения здорового. Одни дети становятся крайне раздражительными, плачут, кричат, требуют присутствия взрослого и тут же прогоняют его, отказываются от игрушек и любимых блюд, мало спят. Другие, заболев, становятся грустными и безразличными, ими овладевает апатия.

Иногда дети стараются вызвать к себе жалость, преувеличивая свои страдания.

У часто болеющих детей, которые редко ходят в детский сад, мало друзей, что не может не беспокоить их родителей и воспитателей, да и сами малыши страдают от этого.

Вот пример из письма одной воспитательницы: «В каждой группе попадают дети, которые часто пропускают садик по болезни. Отношение к ним в группах особое. Как ни стараешься вовлечь их в общие игры, ребята сторонятся их. Одни

считают их заразными, другие полагают, что они плохие друзья, ненадежные товарищи: договориться с ними, а они раз — и заболели опять».

Склонность детей к частым болезням создает вокруг них атмосферу разобщенности. Девочки и мальчики старше четырех лет, посещающие одну группу, организуют совместные игры, которые могут длиться в течение нескольких дней. Каждый ребенок получает в них свою роль, приобретает определенный социальный статус. Если ребенок из-за болезни часто остается дома, он исключается из групповых игр. К тому же прочность дружеских связей между дошкольниками во многом определяется продолжительностью их общения, поэтому у часто болеющих детей мало или вообще нет друзей. Вследствие этого у них исчезает желание ходить в детский сад, так как там им становится скучно и неинтересно; они чувствуют себя одинокими.

Таким образом, существует много причин, по которым дети не желают ходить в детский сад. Задача родителей — помочь им преодолеть все те проблемы, о которых шла речь выше, сделать все возможное, чтобы малыши с удовольствием посещали детский сад.

КАК ИСПРАВИТЬ ПОЛОЖЕНИЕ

Чтобы ребенок быстрее привык к мысли, что он должен ходить в детский сад, и для скорейшей адаптации к его режиму, вы, родители, можете пойти двумя путями.

Первый путь — ребенок должен с первого дня знать, что выбора у него нет — посещение садика неизбежно. Тогда все свои усилия он станет направлять на поиск положительных моментов происходящего.

Либерализм лишь осложнит ситуацию. Если по часу сидеть в раздевалке, слушая душераздирающие вопли своего чада, или чередовать несколько дней пребывания в саду с неделей — дома, или прибегнуть к приему сокращения времени нахождения ребенка в группе до полутора-двух часов в день, положение станет еще более тяжелым для вас, малыша и персонала детского сада. Ребенок может почувствовать, что и его родитель не готов к тому, чтобы оставить его в саду, что окончательное решение еще не принято. Это будет создавать у него ложные надежды, которые только усугубят ситуацию.

Второй путь заключается в установлении договоренности с администрацией детского сада и воспитателями о вашем пребывании в саду вместе с ребенком в течение какого-то времени. Попробуйте находиться в группе столько времени, сколько потребуется для того, чтобы ребенок окончательно освоился и научился обходиться без вашей помощи и поддержки. Может потребоваться неделя, месяц, а то и больше, но зато потом вы станете совершенно спокойно оставлять его в саду.

Поэтому, если вопрос о необходимости отдать ребенка в сад решен окончательно, не стоит дожидаться момента, когда малыш подрастет и станет самостоятельным. Учитесь есть, одеваться, завязывать шнурки, заправлять кровать необязательно дома. Не тратьте свои усилия на муштру и наставления. Лучше используйте время своего дополнительного отпуска по уходу за малышом на более полезные и актуальные вещи.

Если вы не будете бояться разлуки с ребенком, скорее всего и он легче перенесет ее. Тем более нечего опасаться, что контакты с другими детьми снизят привязанность малыша к вам. Скорее наоборот, пребывание в детском саду усилит любовь ребенка к дому и родителям.

Расскажу немного об организации подъемов и отбоев. Родители часто беспокоятся о том, как поднять ребенка рано утром. Ведь в домашних условиях многие дошкольники бодрствуют до позднего вечера и ложатся спать вместе со взрослыми членами семьи. Подъем их также не регламентирован и происходит у кого в 10 утра, а у кого и ближе к обеду. Переход к новому режиму начинается с попыток уложить малыша в кровать около 8 часов вечера. Даже если это удастся, ребенок не может заснуть, и родители вынуждены проводить малоприятные часы у постели своей крошки, изводя ее просьбами поскорее закрыть глазки и уснуть.

Организм маленьких детей достаточно пластичен. Перестройка ритмов сна и бодрствования происходит за два-три дня. Поэтому стоит только поднять малыша в нужное время, и он восполнит возникший дефицит более продолжительным дневным сном и ранним отбоем. Все это произойдет в результате потребности организма, без уговоров и насилия. А чтобы ребенку было легче просыпаться по утрам, включайте бодрую музыку или приходите будить его вместе с любимой игрушкой — медвежонком, котиком, мартышкой или др.

Проблему отказа ребенка от пищи в детском саду также можно решить хотя бы частично. Не старайтесь накормить малыша дома, до отправки в детский сад. Нет ничего страшного в том, что ребенок подождет с приемом пищи до 8—9 утра, даже если он встает в 6 или 7 часов. Дорога до детского сада, зарядка и игры перед завтраком лишь разожгут его аппетит, а значит, меньше будет капризов по поводу каши, масла, пенок и прочих неприятных с точки зрения ребенка вещей. Особенно это касается детей, у которых и в домашних условиях плохой аппетит. Если такой ребенок позавтракает дома, заставить его есть в группе будет практически невозможно.

Нелишне будет предупредить персонал детского сада о вкусах малыша. Но делать это следует в его отсутствие, когда он ушел в игровую комнату или занялся с другими детьми, так как подобные разговоры как бы программируют ребенка на совершение соответствующих действий: он станет лишь сильнее капризничать и настаивать на отказе от пищи, объясняя это словами матери или бабушки.

Первое время можно давать малышу с собой яблоко или морковку. Если, отказавшись от нелюбимого кушанья, он проголодается, то сможет съесть этот запас. Только не давайте ему шоколада, конфет и печенья. После сладкого ребенок не будет есть даже любимые блюда. Да и другие ребята станут смотреть на него с завистью.

Воспитателям следует чаще использовать игровые ситуации для создания у детей заинтересованности в потреблении пищи, а не просто принуждать их съедать все, что положено. Так, призыв скорее освободить от супа Петрушку, изображенного на тарелке, быстрее подействует на детей, чем угрозы и попытки насильственного кормления с ложки, вызывающие со стороны малышей ответную агрессию.

Несколько слов о детях с плохим аппетитом. У значительного числа людей потребность в пище несколько снижена по сравнению с общепринятой нормой. Понятие нормы вообще очень расплывчато: с точки зрения европейца или американца, мы едим возмутительно много, а вот население Скандинавии или коренные жители гор посчитали бы объем потребляемой нами пищи недостаточным. Поэтому, если ваш ребенок ест меньше, чем вы, или меньше того, что положено по норме, это еще не значит, что он недоедает. Если его самочувствие не ухудшается, оснований для беспокойства нет.

Приведу один пример. Известная в недавнем прошлом гимнастка Ольга Корбут до двенадцати лет очень мало ела: утром выпивала черный кофе без сахара, в обед съела яблоко и кусочек серого хлеба. Такой тип питания не мешал интенсивным физическим тренировкам девочки, которая готовилась к выступлениям на чемпионатах Европы и мира.

Кроме того, аппетит — это лишь один из признаков потребности нашего организма в пище. На его удовлетворение влияет как количество принятой пищи, так и ее калорийность. Внимательно понаблюдайте за своим ребенком, может быть, он набирает необходимое для роста и развития количество калорий, съедая слишком много сладостей, доступных ему. Диетологи подсчитали, что два мороженых по калорийности заменяют полный обед. Точно так же, проглотив до обеда две-три конфеты, вафельку, три печенья, малыш вполне способен обойтись без второго и даже без первого и второго блюд вместе взятых.

Но есть дети, которые плохо едят именно в детском саду. Причины такого поведения могут быть самыми разными. Анализировать их надо, разбираясь отдельно в каждой конкретной ситуации. Замечу только, что если ребенок добирает свою норму во время вечернего приема пищи дома, значит, это его индивидуальный способ решения проблемы. Конечно, родители могут быть недовольны таким положением дел, но ничего страшного в этом нет.

Возможно, взрослым следует поговорить с воспитателем о соседях малыша по столу. Причина может быть в том, что они за столом говорят что-то обидное для вашего ребенка.

Малыша может смущать непривычная обстановка. Если дома он ест на кухне или любит это делать под музыку, если его кормление традиционно сопровождается чтением книг или просмотром телепередач, первое время в садике он может отказываться от пищи просто потому, что ему не хватает привычных стимулов, ведь есть же дети, которых именно по этой причине невозможно накормить в гостях. Со временем данная проблема разрешается сама собой, поэтому не волнуйтесь, если в первые недели пребывания в саду ребенок теряет аппетит.

Все это свидетельствует о том, что страхи и беспокойства мам и бабушек по большей части преувеличенны. Нормальная обстановка в саду и дома вскоре разрешит ситуацию, и вы обойдетесь без посещения педиатров и диетологов, «допросов с пристрастием» по поводу того, что сегодня давали в садике на завтрак или обед и все ли ты скушал. Надо помнить, что еда должна приносить удовольствие, а упитанность ребенка не всегда является показателем его здоровья.

Проблему нелюбви ребенка к воспитателям решить немного сложнее. Чтобы расположить к себе малышей, воспитатель должен уметь поощрять инициативу и активность детей, заинтересовывать их совместной игровой деятельностью, использовать положительные средства стимуляции и управления их поведением. Одним это удается легко, к другим подобный опыт приходит с годами.

Если ваш ребенок не ладит с воспитателем, довольно жестоко упрекать малыша в грубости и невоспитанности. Маленькому человеку и так приходится несладко. Далеко не каждая группа дошкольников способна найти себе дело, которое бы было интересно, увлекательно и не вызывало нареканий персонала. Чаще всего детям требуется руководящая, направляющая сила воспитателя. Неумение или нежелание воспитателя заниматься с группой ведут к росту недовольства среди детей и могут послужить

поводом для их отказа ходить в садик.

В таких случаях родителям следует подумать о переводе ребенка в другую группу или сад. Ведь детские капризы и другие формы протеста никогда не бывают беспочвенными.

При этом дошкольникам крайне важно знать, что они достойны родительской любви. Плохо уже то, что малыши вынуждены общаться с нелюбимым, психологически отвергаемым ими воспитателем. Но еще хуже, когда люди, которых они любят, теряют терпение и сердятся на них за несдержанность и искреннее выражение чувств. Детские эмоции подобны шилу в мешке, которое невозможно утаить. Если бы дошкольники могли управлять своими эмоциями, то стали бы взрослыми. Поэтому постарайтесь поскорее выяснить причину недовольства ребенка, а зная ее, решайте, что вы будете делать, чтобы помочь ему. Иначе пресловутое счастливое детство будет отравлено ранящими сердце переживаниями и душевными страданиями.

Некоторых детей дразнят и обижают в детских садах, и поэтому они отказываются туда ходить. Эффективнее всего родители помогут робкому ребенку, не оберегая его на каждом шагу, а ободряя, поддерживая и внушая веру в себя.

В письмах нередко встречаются просьбы родителей, подобные этой:

«Очень хотела бы, чтобы вы посоветовали, как научить детей себя вести, когда их жестоко дразнят, и как не позволять им дразнить других».

Чаще всего любителями поддразнить являются мальчишки. С чем это связано? Мальчишки от рождения более агрессивны, чем большинство девочек, но в то же время в качестве природной меры предосторожности они обладают и более совершенной системой контроля агрессивности, дальнейшему развитию которой родители и воспитатели обязательно должны уделять внимание.

Дразнилки могут оказаться очень болезненными для психики маленького и впечатлительного человечка. Он ведь еще слишком мало жил на свете, чтобы нарастить достаточно «толстую» для всякого рода подковырок «кожу» и научиться не обращать на насмешки внимания; а то, что над ним смеются, ребенок начинает понимать очень рано и достаточно остро переживает свое унижение и беззащитность.

Каким же образом вы, родители, можете защитить ребенка, которого дразнят или задирают? От смены детского сада или места жительства толку обычно не бывает. В каждом детском саду найдется свой насмешник и хулиган, который непременно проявит себя уже через час-два после того, как ваш малыш останется в детском коллективе.

Можно ли защитить детей от насмешек чисто физически? Иногда — да, гораздо чаще — нет. Насмешников детсадовского возраста можно остановить на то время, пока присматривающий за ребенком родитель находится рядом, но после его ухода запрет, как правило, действует недолго.

Если пристальней посмотреть на эту проблему, можно понять, что уверенные в себе, более самостоятельные дети, которые не «держатся за мамину юбку», никогда не дадут себя в обиду. Мама, которую обостренное чувство беспокойства заставляет чрезмерно опекал ребенка, может воспитать у него ощущение, что только рядом с ней он находится в безопасности, все же остальные люди опасны.

Если мама, выслушав жалобы плачущего и перепуганного малыша, начинает волноваться и отзываться о его мучителе с преувеличенным негодованием, у ребенка может возникнуть неадекватное впечатление об

опасности, которой он подвергался и которой может подвергнуться снова.

Мама не должна так себя вести. Лучше отвлечь внимание малыша на что-нибудь другое, интересное, а самой быть спокойной, демонстрируя при этом уверенность, что все будет в порядке. Если же ваш ребенок никак не может успокоиться, научите его, как легче и с достоинством переживать насмешки или как лучше давать отпор, если в том возникнет необходимость. Как один из вариантов посоветуйте ему не подавать вида, что ему обидно, или демонстративно не обращать на обидчика внимания, или спокойно, с достоинством говорить насмешнику: «Отстань, я тебя не обижаю — и ты меня не трогай». Да и воспитатели в детском саду не должны равнодушно смотреть на то, как одни дети дразнят и обижают других. Можно поступить по-разному: поругать в присутствии всей группы тех детей, которые дразнятся, чтобы им стало стыдно за это, или занять их другим видом деятельности, чтобы отвлечь их внимание от нежелательной ситуации. Все зависит от конкретного случая и требует индивидуального подхода.

Таким образом и вы, родители, и воспитатели можете помочь сгладить неприятные ситуации, которые отбивают у детей желание посещать детские дошкольные учреждения, и сделать все возможное, чтобы малыши с удовольствием ходили в детский сад.

Глава 10. ЕСЛИ РЕБЕНОК МЕЧТАЕТ О ДОМАШНЕМ ПИТОМЦЕ

Маленькие дети с удовольствием знакомятся с окружающим миром. Они с неподдельным интересом впитывают все новое. Тянутся к каждому листочку, камушку или травинке. Тем более их интересуют животные. Как радуется ваш малыш, увидев на улице кошечку, собаку или птицу. С каким трепетом и любовью он относится к живым существам. Не жалея, не сомневаясь, он готов поделиться с животным самым дорогим, даже любимой соской.

Для ребенка животные являются источником новых впечатлений, ощущений, переживаний, общение с ними раздвигает границы познания окружающего мира. Так малыш накапливает позитивный опыт, а его эмоциональная жизнь становится насыщеннее, что положительно сказывается на его психическом развитии и способствует более раннему становлению его как личности.

Порой общение со взрослыми и сверстниками вызывает у малыша определенные трудности. А вот в контакте с животным ребенок, по мнению специалистов, может находиться очень долго и не испытывать при этом каких-либо затруднений. Дело в том, что маленькие дети очень остро чувствуют отношение к себе взрослых, их настроение. То же самое можно сказать и о чувствительности домашних животных. Те и другие хорошо понимают друг друга без слов, на уровне «шестого чувства». К тому же животные не рассматривают детей как опасный объект. Поэтому между малышом и домашним питомцем, как правило, складываются гармоничные отношения.

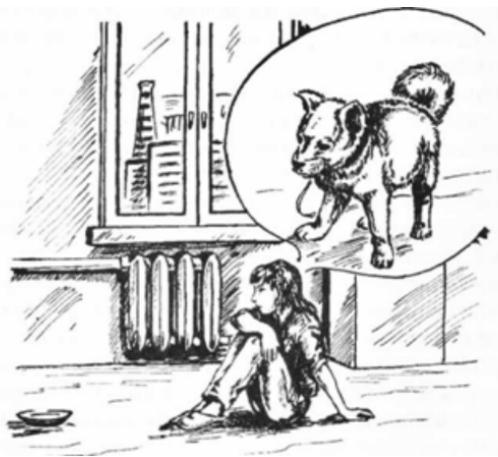
И все же не стоит преувеличивать благотворного влияния животных в доме на ребенка. Просто так, сами по себе они ни на что не влияют и не являются гарантией развития у малыша таких качеств, как внимательность, заботливость, ответственность и прочие, на что уповают многие родители.

Отношение детей к «братьям нашим меньшим» в первую очередь воспитывается родителями. Это они должны позаботиться о том, чтобы сформировать у ребенка правильное отношение к домашнему животному, любовь к нему.

Причин заводить домашних животных тысячи, и у каждого — своя. Для кого-то просто любопытство, интерес, для кого-то насущная необходимость с кем-то пообщаться, любовь к теплым, пушистым, верным, бессловесным или дань семейным традициям. Но, оказывается, домашние животные приносят и большую пользу нашему здоровью. Австралийские медики обследовали более 5 тысяч пациентов, страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, 780 из них держали домашних питомцев. Оказалось, что у хозяев животных значительно ниже кровяное давление и содержание холестерина в крови, чем у тех, у кого нет кошки или собаки. Выяснилось, что общение с домашними животными не менее эффективное лекарство, чем вегетарианское питание и усиленные занятия физкультурой.

ПОЧЕМУ РЕБЕНОК МЕЧТАЕТ О ПИТОМЦЕ?

Почти все дети любят животных, интересуются их жизнью, привычками. Интерес к зоологии чаще всего проявляется у детей дошкольного и младшего школьного возраста.



Дети, воспитывающиеся в городе, имеют ограниченные возможности для общения с животными, однако многие ребята очень хотят иметь их у себя дома. Подобное желание порой бывает предметом конфликтов между ребенком и родителями. А более настойчивые дети иногда ставят взрослых перед свершившимся фактом: приводят домой беспризорное животное или покупают на свои сбережения, например, котенка, щенка.

Быть ответственным — одна из важнейших особенностей человека. Мы, взрослые, ответственны за своих детей. Мы хотим заботиться о них, воспитывать, защищать и любить. И мы счастливы, когда дети нас любят. Мы окружаем детей вниманием и заботой, покупаем игрушки и конфеты и мечтаем видеть их счастливыми. Но однажды ребенок говорит: «Давайте купим собаку», — и этот вопрос застаёт врасплох.

Чего ему еще не хватает? Родители пытаются отшутиться или приводят серьезные аргументы против такого приобретения.

— Мама, разреши мне завести собаку! Обещаю, что сама буду выводить ее гулять, убирать за ней, купать и кормить! — уговаривала Ева.

— Но, доченька! Собака на четвертом этаже, без лифта... Мы будем мучиться с ней, а она с нами. Больше всего достанется бабушке.

— Но я же обещаю все делать сама!

— Верю в твою искренность, но слишком хорошо тебя знаю: с выполнением обещаний у тебя туговато. К тому же у нас небольшая квартира, а собаке нужен простор.

— Ну, разреши хотя бы кошку, — не сдавалась Ева. — Правда, я так хотела собаку, но ведь кошки тоже очень хорошенькие. У них такая пушистая шерсть...

— К сожалению, и с кошками много забот. Нужно все время менять песок, они царапают мебель, а когда линяют, повсюду остается шерсть.

— Ну а хомяка?

— От хомяка пахнет за километр!

— Совсем нет, мама. У Юрика их целых два, и неприятного запаха нет. Родители ему позволили...

— Его родители позволили, а я не могу.

— Почему ты такая жестокая, мама? Животные доставляют столько радости! А сколько интересного можно узнать об их жизни, если каждый день наблюдать за ними! Ты хоть знаешь, что я хочу стать зоологом и должна готовиться к будущей работе? А ты не хочешь разрешить мне завести хоть какое-нибудь живое существо, пусть даже самое маленькое — попугайчика или рыбок...

Вот пример типичной дискуссии, в которую приходилось вступать многим родителям. В данном случае очевидно, что у девочки не будет домашнего питомца, ибо мама придерживается по этому вопросу принципиальной позиции, заботясь о чем угодно, только не о душевном состоянии дочери.

Но даже если родители неумолимы, ребенок будет придумывать все новые и новые способы убеждения, давая разнообразные обещания, например, всегда слушаться, хорошо учиться, помогать на кухне и т. д.

Бывает, что в отчаянии дети придумывают себе питомца: ходят, волоча за собой веревочку-«поводок» или наливают для воображаемой кошки в блюдечко молоко. Вспомните замечательный мультфильм «Рукавичка», в котором девочка свою рукавичку представляла щенком, выгуливала и кормила ее. Дети надеются, что рано или поздно родительское сердце дрогнет и дома появится живое существо.

Итак, какие же причины определяют потребность ребенка в питомце?

Психологи считают, что стремление приобрести домашнее животное обусловлено желанием ребенка о ком-то заботиться, опекать слабое, зависимое от него существо. Эту склонность проявляют чаще всего единственные в семье дети. Излишек внимания, оказываемого им взрослыми, — это своеобразная нагрузка, и дети как бы переносят часть ее на полюбившееся им животное.

Кроме того, психологами подчеркивается, что желание иметь домашнее животное часто возникает у ребенка в тех семьях, где родители, проявляя большую любовь к своему единственному ребенку, удовлетворяют все его потребности, но лишают одной из самых главных — общения с ними. Для тесного контакта с ребенком у них не хватает времени. Домашнее животное как бы заменяет этим детям общение с людьми во время долгих часов вынужденного одиночества.

Итак, еще раз перечислим основные причины появления у ребенка потребности иметь домашнее животное:

- стремление быть ответственным;
- необходимость эмоциональной близости с кем-то;
- недостаток общения;
- слабо развитые коммуникативные способности (необщительный ребенок);
- зависть к другим детям, у которых уже есть домашний питомец;
- желание иметь сильного защитника (если речь идет о собаке).

Интерес к жизни животных, проявляется ли он в практической или теоретической форме, носит положительный характер. Наличие такого интереса у ребенка всегда должно радовать родителей и всячески приветствоваться и поддерживаться ими.

КОГО ЗАВЕСТИ?

Раздумывая над тем, кого живого завести, проанализируйте уклад вашей семьи.

Если вы любите путешествовать, то смело выбирайте собаку. Она легко перенесет дорогу и будет прекрасно себя чувствовать в любом месте, был бы хозяин рядом. С кошками в этом отношении гораздо сложнее. Считается, что они привыкают скорее к дому, чем к хозяину. Правда, многие семьи вывозят кошек на дачу, но в таком случае лучше первое время быть особо внимательными к животному.

Если для вас проблематичны прогулки 2—3 раза в сутки, собаку заводить не стоит. (Впрочем, есть карликовые породы собак, приучаемые к лотку.)

Лучше не держать дома пресмыкающихся, если только ваш ребенок не собирается стать зоологом. Для них нужен особый корм и уход, а в случае чего вам непросто будет найти врача, способного оказать им помощь. Кроме того, многие из них нуждаются в террариуме с подогревом, и, выпущенные на пол, они могут впасть в спячку или даже погибнуть от холода.



Маше купили маленькую среднеазиатскую черепашку и поселили ее в большой картонной коробке. Маша с подругами любила пускать Сенечку, как она ее называла, погулять по полу. Однажды зимой черепаха забралась под шкаф. Достать ее оттуда не смогли, ждали, что она выползет сама, когда захочет есть. Но Сенечка не выползла. Она там замерзла.

Приобретая экзотическое животное — пресмыкающееся или земноводное, — выясните у продавца все особенности этого существа: как и сколько оно спит (впадает ли в спячку), что ест, чем обычно болеет, как размножается, чтобы избежать разнообразных неприятных ситуаций.

Девочке Лене купили парочку молодых саламандр. Она принесла их домой и запустила в аквариум. Через три дня у одной из саламандр родилось 33 детеныша. Хозяйка в легкой панике стала ждать прибавления от второго земноводного. К счастью, обошлось. Но 33 саламандренка росли не по дням, а по часам и хотели есть. На их счастье, девочка Лена всерьез увлеклась зоологией и знала отчасти, как за

ними ухаживать.

Хомячки, крысы и морские свинки живут в клетках, но под присмотром взрослых ребенок может с ними поиграть. Следить приходится в основном за малышом, который может нечаянно нанести травму маленькому зверьку. При этом надо помнить, что у грызунов коготки не убираются, как у кошки, и, пробежав по руке или ноге ребенка, они могут оставить на коже мелкие царапины.

Большую часть дня грызуны спят. Объясните детям, что будить их опасно: они могут рефлекторно укусить, нанеся острыми зубами болезненную рану.

Покупая ребенку грызуна, узнайте среднюю продолжительность жизни данного вида. Так, морские свинки живут 10 лет, хомяки всего 2—3 года. Это следует учитывать, т. к. детям бывает очень нелегко смириться со столь коротким сроком пребывания на земле любимого существа.

Разноцветные рыбки в аквариуме украшают комнату, но их продолжительность жизни тоже обычно невелика. К тому же ребенок не сможет поиграть с такими питомцами.

Птицы замечательно поют (правда, не всегда в подходящее время: например, наш попугай в пять утра любил во весь голос имитировать заводящийся «Запорожец»), иногда даже разрешают погладить себя пальчиком. Попугаи могут садиться на руку, разговаривать, играть с зеркалом или колокольчиком. Учтите, что хозяйева птицы должны как можно чаще чистить ее клетку, так как шелуха от корма, пух и перья птицы моментально разлетаются по всей квартире.

Более подробно рассмотрим достоинства и недостатки содержания наиболее распространенных животных — собак и кошек.

Ребенок и собака

Почти каждый ребенок рано или поздно начинает мечтать о собаке. Пожалуй, исключение составляют те дети, которые живут рядом с собакой с рождения.

Зачем нужна собака? Какую пользу общение с ней может принести вам и вашему малышу? Попробуем рассмотреть этот вопрос с практической точки зрения.

Одним из наиболее важных считается эмоциональный аспект. Общение с собакой может компенсировать ребенку недостаток внимания со стороны вечно занятых родителей. Не заменить их, ни в коем случае! Но скрасить периоды вынужденного одиночества, утешить, успокоить, дать почувствовать, что рядом есть живое существо, которое способно на самую преданную любовь. В общении с собакой ребенок может стать мягче, научиться справляться с агрессией.

Вторым, не менее важным моментом можно считать воспитание у ребенка дисциплины и овладение им произвольным поведением. Дрессируйте собаку вместе с ребенком, объясняя ему азы воспитания.

Научите собаку командам «Сидеть», «Лежать», «Голос», «Ко мне», «Место», «Дай лапу» и прочим, в зависимости от породы вашего любимца.

ВНИМАНИЕ! Будьте крайне осторожны с командой «Фас» или «Взять». Лучше без крайней необходимости не обучать ей.

Собака выполняет также защитные функции. Если ваш ребенок уже достаточно взрослый и гуляет один, то наличие рядом собаки сможет оградить его от многих неприятностей. Ни один хулиган не станет связываться с ребенком, рядом с которым собака. Причем не очень важно, какого она размера и породы. Даже маленькая болонка может самоотверженно броситься на защиту, а ее громкий лай привлечет внимание



окружающих. Кроме того, ваш питомец защитит ребенка от нападения других собак, но очень важно, чтобы он знал, какие правила безопасности при этом необходимо соблюдать.

ВНИМАНИЕ! Объясните ребенку, что в экстремальной ситуации лучше сразу же отпустить поводок и не вмешиваться в действия собаки, а позвать на помощь взрослых.

Дело в том, что собака может запутаться в поводке, уронить ребенка и покалечиться сама. Если же ребенок полезет разнимать дерущихся собак, то его может покусать не только нападающая, но и своя собственная собака.

Мама с полуторагодовалым ребенком вышла на даче за калитку. За ними увязался шестимесячный щенок шарпея. Не успели они пройти и несколько шагов, как откуда ни возьмись, на них с угрожающим рычанием бросилась огромная овчарка. Хозяин держал ее взаперти, но она уже неоднократно удирала и кусала дачников. Каково же было их удивление, когда маленький пушистый щенок, который, казалось бы, и мухи не обидит, не раздумывая кинулся на разъяренную овчарку, защищая хозяев. И не просто кинулся, а прогнал ее, та только хвост поджала.

Несколько советов:

- Объясните ребенку, что собаки чувствуют, когда их боятся. Пусть никогда не убегает, не кричит при приближении чужих собак, так как животное в лучшем случае может решить, что с ним играют, побежать за ребенком и еще больше напугать его.
- Если ваш ребенок не боится собак, скажите ему, что тем не менее не стоит подходить к незнакомым собакам. Гладить и кормить чужого пса можно только с разрешения хозяина. При этом, угощая собаку, надо держать еду на раскрытой ладонке, так собака случайно не заденет руку зубами.
- Бездомных собак лучше избегать. Бывает, что бродячие собаки сбиваются в стаи и дичают, становясь очень опасными. Но даже безобидные и несчастные, они могут оказаться переносчиками инфекций.

Ребенок и кошка

Кошки доставляют меньше хлопот хозяевам, чем собаки.

С ними не нужно по несколько раз в день гулять. Кошка легче переносит одиночество, и ее смело можно оставлять одну на весь день, а в крайнем случае даже на 2—3 дня. Ей требуется меньше прививок, чем собаке, ее не нужно регулярно стричь, только расчесывать, если она длинношерстная. Кошки очень чистоплотны, и обычно их

не приходится мыть. Исключая те случаи, когда животное в чем-то сильно измазлось или у него завелись блохи.

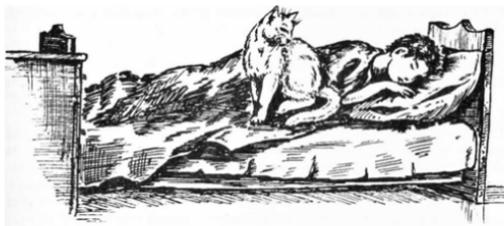
В раннем возрасте котенка следует приучить к туалету-лотку, в котором время от времени надо менять наполнитель. Причем сейчас существуют наполнители, которые полностью нейтрализуют неприятные запахи.

Кошки — спокойные, ласковые, дружелюбные звери. Они могут поцарапать ребенка только в том случае, если их на это провоцируют — причиняют боль. Более того, многие кошки настолько деликатны, что «отшлепают» расшалившегося ребенка ладонью, убрав когти, или постараются спрятаться от назойливого общения.

Даже в зрелом возрасте многие кошки с удовольствием играют с веревочкой или катают маленькие мячи, что может доставить ребенку радость.

Кроме того, народная мудрость гласит, что кошки — прекрасные лекари. Они тонко чувствуют состояние человека и всегда стараются лечь на больное место, чтобы облегчить боль.

Общение с кошками очень полезно для легко возбудимых, напряженных детей, так как мягкая шерсть и нежное мурчание оказывают прекрасное успокаивающее действие.



ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ПИТОМЦА

Именно с проблемой ответственности в первую очередь сталкивается ваш семейный совет, размышляя о приобретении живого существа. «А кто будет с ним гулять, убирать за ним, заниматься дрессировкой?» — вопрошают родители. И очень часто этот вопрос задается непосредственно ребенку, с тем чтобы возложить эти обязанности на него. Мамы и папы считают, что таким образом у их сына или дочери сформируется чувство ответственности. Но увы — при столкновении с реальностью эта иллюзия быстро рассеивается. Первые несколько дней ребенок, возможно, с радостью выполняет все обязанности по уходу за животным, затем вам приходится ему напоминать, а вскоре — и это происходит в большинстве случаев — питомцем будете заниматься вы. И пусть вас это не разочаровывает, просто ваши ожидания были завышенными. Не стоит брать с ребенка невыполнимых обещаний. Чаще всего он просто не в состоянии справиться один со всеми проблемами. Вспомните, как ваш малыш со слезами на глазах умолял купить «вон ту куклу» или «вон тот конструктор», а через пару недель забывал о столь вожделенной игрушке. Но ее можно убрать в шкаф или дать поиграть знакомым детям. С живым существом дело обстоит гораздо сложнее. Поэтому научитесь придавать обязанностям по уходу за собакой позитивную окраску. Чаще выполняйте их вместе с ребенком — пусть для вас это станет не тяжелой неприятной повинностью, а маленьким совместным праздником! При этом очень важно не забывать, что ребенок во всем копирует вас и будет относиться к животному так же, как вы. И если вы не испытываете к щенку или котенку нежных чувств, ухаживаете за ним, с трудом преодолевая отвращение, то и малыш вряд ли сможет полюбить его по-настоящему.

Итак, если вы твердо решили кого-нибудь завести, то свыкнитесь с мыслью, что питомец станет полноправным членом вашей семьи. В противном случае вы очень скоро почувствуете, что ваш новый четвероногий (или крылатый, или водоплавающий) друг — лишь досадная помеха обыденной жизни.

ВНИМАНИЕ! Родители, четко осознайте, что это будет в первую очередь ваша кошка, ваша собака, ваши рыбки и птички и основные хлопоты по уходу лягут именно на ваши плечи.

Для маленького ребенка животное — еще одна игрушка. И уход за ним — тоже игра. Не заставляйте малыша непременно ухаживать за новым другом. Лучше попросите его помочь вам, например, покормить животное, налить в миску воды, почистить клетку. Отправляясь за кормом, возьмите ребенка с собой, пусть он выберет для питомца какое-нибудь лакомство и по возвращении домой угостит его. Постепенно малыш привыкнет принимать участие в заботах о животном и начнет делить с вами хлопоты по уходу за ним без просьб и напоминаний.



КАК ПЕРЕЖИТЬ ПОТЕРЮ

Для многих родителей возможная смерть животного является непреодолимой преградой для его приобретения: «Как объяснить ребенку что сказать, если его питомец вдруг погибнет?»

Мы можем лишь постараться облегчить его страдания. Прочитайте и обсудите с ребенком рассказ американского писателя Пола Гэллико «Томасина». В нем повествуется о том, как ветеринар усыпил парализованную кошку своей дочери Мэри и девочка очень тяжело переживала не только смерть любимицы, но и то, что ее отец, которого она считала всемогущим, даже не попытался вылечить животное, отмахнувшись от ее просьбы.

Мэри несла мертвую Томасину и встретила своего друга:

— Ой, Мэри! — сказал он. — Что с Томасиной?

Мэри подняла мокрое лицо и увидела, что ее друг и защитник стоит рядом с ней на коленях. А он сам сообразил, что случилось, и осторожно начал:

— Может, оно и лучше... Может, она была неизлечимо больна...

Мэри взглянула на него с отчаянием и ненавистью. Мягкосердечный Хьюги понял, что так говорить нельзя, но совершенно растерялся от криков, слез и рыданий. «Папа и не пробовал! — кричала Мэри. — Он плохой... Ты плохой... Все вы...» В конце концов она уткнулась лицом в мох и стала скрести ногтями землю.

Хьюги не понимал, что можно так плакать из-за кошки — у них в парке их кишели сотни, и он не отличал одну от другой. Но он слышал, что люди с горя умирают, и очень испугался за Мэри.

При поддержке родителей ребенок, впервые сталкивающийся со смертью, также сможет пережить горе, и взрослым не надо этого страшиться. Ваша задача — быть рядом и сочувствовать горю малыша в той степени, в которой он его переживает.

Но мы не в состоянии оградить свое дитя от горького опыта потерь, как бы нам этого ни хотелось. Осознание того, что со смертью четвероногого друга столкнулся не только он, может помочь вашему малышу менее болезненно перенести боль утраты.

Ребенок, выросший в сельской местности, с ранних лет знает, как рождаются и умирают домашние животные, и этот опыт не делает его более ранимым или более

жестоким. Просто он раньше учится сочувствовать и переносить горе, заботиться, беречь и быть ответственным.



Не нужно делать попыток обесценить потерю, говоря: «Не плачь, я тебе другого куплю». Не стоит запрещать ребенку горевать, аргументируя это тем, что умерла всего лишь рыбка (птичка, мышка). Помните, ребенок имеет полное право на свое собственное переживание! И наоборот, пусть вам даже кажется, что ваш малыш недостаточно горюет о четвероногом друге, не пытайтесь его разжалобить. Вполне вероятно, что у него существует собственная модель того, что произошло. Так, один мой знакомый мальчик рассказывал, что в пять лет сам придумал идеальный потусторонний мир, в который попал его барбос. Он говорил, что ему не было жаль собаку. По он не вырос жестокосердным. Уже в десять лет в аналогичной ситуации он переживал достаточно сильно.

ВНИМАНИЕ! Влюбом случае в ситуации потери животного родителям следует быть особенно внимательными к ребенку, стараться понять, что же именно он чувствует, как представляет себе происшедшее событие.

Психологи занимались изучением основных причин нарушения душевного равновесия и отрицательных переживаний у детей. Поскольку мышление у ребенка более конкретное, чем у взрослого, они не стали проводить прямой опрос детей, а попросили их вспомнить неприятные жизненные ситуации, вызывающие или когда-то вызвавшие у них состояние напряжения, нарисовать эти ситуации и дать им название. В исследовании приняли участие 238 школьников от 7 до 11 лет, учащиеся 1—5 классов школ Санкт-Петербурга. Анализ рисунков «Неприятные ситуации» позволил выделить наиболее характерные из них. Для наглядности данные представлены в виде таблицы.

Таблица: «Причины нарушения душевного равновесия у детей. Как и от чего защищаются наши дети?»

Как видите, результаты опроса показали, что проблемы, связанные с четвероногим другом, занимают первое место среди причин, вызывающих у детей сильные переживания. Интересным оказался также тот факт, что в рисунках девочек проблемы с животными встречались в 2 раза чаще, чем в рисунках мальчиков.

Название ситуации	Всего рисунков	%
1. Смерть, потеря, болезнь животного	45	18,9
2. Школьные отметки	37	15,6
3. Травмы и опасные для жизни ситуации	32	13,5
4. Материальные утраты	9	12,2
5. Отношения с родителями и членами семьи	20	8,4
6. Смерть и болезнь близких	17	7,1
7. Разные страхи	13	5,5
8. Проблемы с учебой	11	4,6
9. Отношения со сверстниками	0	3,8
10. Отношения к врачам, лечению, боли	7	2,9
11. Одиночество	5	2,1
12. Прочее	6	2,6

Животные — верные друзья детей. С такими друзьями можно играть, делиться горем и радостью, доверять самые сокровенные тайны. Друг" скрасит одиночество, успокоит в трудную минуту и всегда будет с тобой.

Животные — это защита детей, и реальная, и психологическая. Они не говорят словами, поэтому от них ребенок никогда не услышит, что он «неряха», «неумеха» или «растяпа». Зато своему питомцу можно, высказать все, даже отругать и наказать.

Для многих детей, особенно для девочек, животное — это тот ребенок, за которым можно ухаживать, которого можно растить и воспитывать. Обнимая и прижимая к себе собак и кошек, дети также удовлетворяют свою потребность в привязанности и ласке.

Болезнь, потерю и смерть любимых животных ребенок переносит тяжело. Если родители и другие взрослые люди смогут поддержать его в эту минуту, разделить с ним горе, помогут вылечить, найти любимого друга или сохранить его образ в памяти — ребенку много легче будет пережить эту трудную для него ситуацию. Только поймите правильно — нужно помочь пережить, а не оградить ребенка от переживаний, потому что такой опыт очень ценен для полноценного становления личности, он просто необходим, ибо в дальнейшем ребенок еще неоднократно будет сталкиваться с болью потерь.

И одно замечание. Некоторые родители полагают, что, выбирая для ребенка животное размером поменьше, они возлагают на себя меньшую ответственность, да и горе в случае потери тоже будет «малогобаритным». Это не так. Для ребенка размер вряд ли имеет какое-нибудь значение, ведь если ваш малыш мечтает о питомце, то, скорее всего, он от всей души полюбит своего нового друга — неважно, большого или маленького.

ДЕТИ И ЖИВОТНЫЕ. ПРОБЛЕМЫ

Ребенок боится животных

Иногда встречаются дети одного-трех лет, которые пугаются даже мухи и убегают от окна, возле которого она жужжит. Со временем страх перед мухой проходит, но возникает, например, страх перед кошкой или собакой. Нередко собак боятся и подростки, тщательно скрывая это от окружающих, стыдясь проявления этого чувства.

Муся жила на окраине города. Соседи часто выпускали во двор собаку — рыжего бассета, добродушного старого пса, который не только никогда не кусался, но и редко лаял. Хозяева не боялись оставлять его без присмотра, потому что все обитатели двора знали: собака никого не обидит. Нагулявшись, пес ложился у подъезда дома в ожидании хозяев.

Увидев пса, Муся всегда останавливалась: она боялась пройти мимо него по лестнице. Девочка ждала момента, когда появится кто-нибудь из взрослых, с кем она могла бы войти в подъезд. Иногда ждать приходилось очень долго, прохаживаясь по тротуару около дома. Пес спокойно поглядывал на девочку, а она смотрела на него, но пройти мимо не отваживалась. Мусе было стыдно признаться кому-либо, что она боится кроткого пса, который на нее даже не лаял.

А причина страха заключалась в ранее пережитом событии. Когда девочке было два года, чужая собака, которой она дружелюбно помахала рукой, выскочила из конуры и больно ее укусила. Укус был неопасный, но страх перед собаками остался на много лет. Муся опасалась даже тех собак, которых хорошо знала.

Избегают собак в основном дети, вообще склонные к пугливости (иногда граничащей с неврозом), которые всегда чего-то боятся, только с годами меняются объекты их страха. Если ребенок боится собак или кошек, его следует приучать к общению с ними, и лучше всего именно в домашних условиях.



Родителям необходимо помочь ребенку преодолеть пугливость. Но для этого надо знать, чем она вызвана. Иногда причиной боязни животных могут быть сны, в которых действуют различные звери, вызывающие у ребенка страх.

У трехлетней Тони дома две большие собаки — одна служебная, другая охотничья. Стоит ли говорить, что она совершенно их не боится. Но вот соседи купили

малюсенького тойтерьера и позвали Тоню посмотреть щенка. Какого же было их удивление, когда девочка, едва завидев мирно спящую собаку, заплакала и с криком: «Это — волк!» — убежала домой.

Скорее всего такая реакция девочки была вызвана тем, что соседский тойтерьер напомнил ей «страшного» зверя из ее сна, которого она считала волком.

К пугливости склонны дети со слабой нервной системой, неустойчивой к воздействию сильных раздражителей. Появление боязни провоцируется негативными переживаниями и испытаниями, часто совершенно случайными, которые порой трудно заметить и тем более предвидеть. Например, в случае с Мусей таким переживанием был укус собаки. Родители об этом знали, но не придали значения последствиям.

Возникновению пугливости способствуют также неблагоприятная семейная атмосфера, конфликты между родителями, распад семьи, применение в воспитании слишком суровых методов, в частности физических наказаний. Категорически не рекомендуется запугивать ребенка чем бы то ни было.

Пугливость может появиться и тогда, когда ребенок находится в слишком трудных для него условиях, например, когда к нему предъявляются требования, превышающие его возможности. И наоборот, она может развиться и при «тепличном» воспитании, гиперопеке, когда ребенок изолируется от любых трудностей, вследствие чего у него не вырабатывается способность к сопротивлению, противодействию.

Ребенок проявляет жестокость

В том случае, если у ребенка наблюдается жестокое отношение к животным и насекомым, родителям следует быть очень внимательными. Некоторые дети любят помучить безответное существо, поиздеваться над ним. Они могут оборвать крылья мухам, лапы лягушке, привязать кошке консервную банку к хвосту и следить за ее поведением. С удовольствием будут наблюдать, как кошка «играет» с пойманной, но еще живой мышью или как дерутся кошка с собакой.

В основе такого отношения детей к животным и насекомым может лежать любопытство (например, как поведет себя кошка, если завязать ей глаза). Маленькие дети часто мучают животных, не понимая того, что причиняют им боль, например, гладят кошку против шерсти или душат дыплят, проявляя чрезмерную к ним «любовь». В этом случае просто серьезно поговорите с ребенком, объясните ему, что чувствует «подопытный».

Пятилетний Владик вынес погулять свою черепашку. Мама на какое-то время отвлеклась, а когда пришло время идти домой, черепашки не было. Оказалось, мальчик закопал черепаху в песочнице. К счастью, она была еще жива, когда ее откопали. На вопрос мамы: «Зачем ты это сделал?» — сын ответил: «Интересно было посмотреть, как она выберется».

Но иногда жестокость свидетельствует именно об агрессивности ребенка. При этом не следует забывать, что агрессия чаще всего произрастает из скрытых или явных домашних конфликтов.

Маленький Андрюша, если ему на улице попадался котенок, с силой тер его мордой об асфальт или камень. Ему нравились кошки. Но его мама ненавидела их. Ему казалось, что если и он будет ненавидеть, то, может быть, хоть таким способом завоеует ее любовь.



Проявляясь в сильной степени, такая склонность может представлять собой патологическое явление. В подобных случаях родителям необходимо обратиться за советом к психологу или даже к врачу-психиатру.

Бывают случаи, когда жестокость ребенка по отношению к домашнему животному вызвана желанием самоутвердиться.

Юре купили охотничью собаку. Он всегда мечтал, чтобы его боялись, но другие дети частенько оказывались сильнее, и в нем зрело желание отомстить. Щенок рос, и Юра втихомолку учил его кусаться, дразнил, бил, дергал за поводок. Сверстники и в самом деле стали обходить его с неуправляемой собакой стороной. Но вскоре обо всем стало известно родителям, так как пес дома бросился на бабушку, которая стала выговаривать внуку что-то насчет невыученных уроков. В результате собаку пришлось отдать.

У подростков жестокое отношение к животным нередко проявляется в виде забавы и призвано поднять авторитет среди сверстников. К сожалению, в этом возрасте дети очень часто оказываются под влиянием компании и участвуют в издевательствах над животными для того, чтобы быть не хуже других, не показать своей «слабости».

Животное «ревнует»

Если до рождения ребенка в семье уже жили кошка или собака, то с первых же дней появления в доме младенца необходимо наладить взаимоотношения ребенка с животным. Некоторые родители допускают ошибку, изолируя животное «до поры до времени». Но звери инстинктивно чувствуют изменившуюся атмосферу в доме, они начинают волноваться, перестают слушаться. Могут начать ревновать своих хозяев к младенцу — неизвестному для них существу.

Мама маленького Саши решила не пускать спаниеля Снуппи в комнату к новорожденному. Но пес целыми днями скребся в дверь, скулил. Его наказывали. Он стал пускать дома лужи, хотя до этого отличался повышенной чистоплотностью. Наконец хозяйка не выдержала и пустила Снуппи в комнату. Он все обнюхал, лизнул голенькую пятку, высунувшуюся за прутья кроватки, и спокойно вернулся на свое место. Знакомство состоялось, и больше Снуппи не тревожил домашних, вел себя как и полагается благовоспитанному псу.

Чтобы конфликтов не возникало, собака или кошка должны признать новорожденного своим. Для этого необходимо познакомить домашних животных с малышом. Чистые кошки и собаки, за которыми хорошо следят, не могут стать источником

инфекции. (Более того, современные ученые-биологи провели серию экспериментов и выяснили, что частички собачьей слюны, попадая в воздух, обогащают его особыми, полезными для людей элементами. Даже если это всего лишь находящаяся в разработке гипотеза, вы ничем не рискуете, когда дышите с собакой одним воздухом.)

Если ваш пес или кошка лизнут ребенка, не пугайтесь и не спешите дезинфицировать облизанное место. От этого не болеют!

Аллергия на животных

Аллергическую реакцию могут вызвать не только собака или кошка, но и мелкие грызуны и птицы, а также любой корм для домашних питомцев.

Прежде чем приобретать животное, проконсультируйтесь с аллергологом, особенно если у вашего малыша бывает диатез. Если врач разрешил, а вы все же опасаетесь за реакцию ребенка или кого-либо из взрослых членов семьи, постарайтесь подстраховаться. Поговорите с людьми, у которых берете животное, расскажите им о ваших сомнениях, договоритесь, что, если у кого-нибудь из членов семьи проявится аллергия, вы вернете питомца. Или узнайте, не собирается ли кто-нибудь из знакомых завести четвероногого друга, — чтобы было кому отдать животное, если оно у вас не приживется.



Скажите детям, да и самому себе, что вы не приобретаете животное, а просто приглашаете его на пару недель в гости. Если сможете ужиться вместе — прекрасно. Но все же соблюдайте чистоту, чаще убирайте за своим питомцем, пользуйтесь моющим пылесосом.

Но иногда бывает, что аллергия дает о себе знать не сразу. Принять решение в таком случае не просто, ведь к животному уже все привыкли, оно стало членом семьи. Если же болезнь проявляется не у малыша, а у кого-либо из взрослых, ребенку очень тяжело объяснить, почему приходится расставаться с четвероногим другом. Подумайте, посоветуйтесь с врачом-аллергологом, взвесьте все «за» и «против». Здесь трудно что-либо посоветовать. Решение принимаете только вы сами.

Ребенок и Тамагочи

В наше время появилось очень много игрушек, имитирующих различные аспекты жизнедеятельности живых существ. Какая радость для родителей малыша, мечтающего о собаке. Теперь можно купить Тамагочи, и ребенок будет учиться заботиться о слабых, а в квартире при этом сохранится чистота. Но не спешите радоваться. Все совсем не так просто.

Во-первых, есть дети, с которыми такой фокус не пройдет. И это к лучшему.

Во-вторых, для того малыша, который в игрушку поверил, в этой забаве таится много опасностей.

Маленькие дети не делят окружающий мир на живое и неживое. Это особенность детской психики. Ребенок может горько плакать над сломанной куклой и при этом ударить кошку. В одном милом детском фильме был такой эпизод. Младший брат вы-

ташил у старшего из аквариума всех рыбок и заботливо разложил их по тарелкам перед плоскими зайцами и мишками. Закончилось это происшествие, если не ошибаюсь, обоюдными слезами. Старший плакал: «Ты злой, ты убил моих рыбок», а младший «Бедный зайка, он остался голодным!»

Одно время газеты писали о том, к каким глубоким травмам, а порой и к попыткам суицида может привести смерть Тамагочи. Выше мы уже писали о проблеме переживания смерти животных. Но в случае «гибели» электронной игрушки ситуацию усложняет то, что малыш не может надеяться на поддержку взрослого. Он переживает свое горе один. Его никто не понимает. И даже если вы постараетесь его поддержать, то скорее всего будете объяснять ему, что, мол, невелика потеря. Или, может быть, вы отважитесь сыграть роль убитого горем? Но малыш скорее всего почувствует фальшь в вашем поведении.

В определенном возрасте дети начинают понимать, что можно начать игру сначала — и электронный щенок или дракончик проживет свою жизнь снова. По этому поводу у многих психологов возникают опасения относительно того, а не перенесется ли такое отношение в жизнь, не создается ли иллюзия обратимости необратимого и возможности управления тайной жизни и смерти с помощью двух-трех кнопок? Впрочем, все это в большей степени философский аспект проблемы.

В реальности огромное количество детей играют с Тамагочи и не пытаются покончить с жизнью, а также не вырастают бесчувственными монстрами. Это просто игра. Но, помните, бывают и исключения.

Выбирая Тамагочи или любую другую интерактивную игрушку для своего ребенка, отдавайте себе отчет в том, что она не может заменить живого общения. Она не научит малыша любить и не придаст ему чувство защищенности, она не согреет его теплом своего сердца и не станет настоящим товарищем в играх.

Сейчас по телевидению часто рекламируют игрушки для общения с ребенком — с ними можно поговорить, они умеют отвечать на вопросы, могут о чем-то спросить малыша, сыграть с ним в развивающую игру и т. п. При этом текст, сопровождающий рекламу, гласит, что если-де вам некогда или надоело читать ребенку книжки и играть с ним, то просто приобретите «волшебного мишку» и спокойно занимайтесь своими делами. Как-то страшно становится от такого предложения. В наше сверхскоростное время детям и так уделяется все меньше и меньше времени, а если тот мизер, который ребенок имеет, заменить на общение с механической игрушкой, последствия могут быть печальными.

Но вернемся к разговору о домашних животных. Итак, интерактивная игрушка не заменит котенка или щенка, но и четвероногий друг не сможет заменить малышу родителей, их любовь, их ласку. Просто отношения с животными лишены того груза оценок и оценивания, которые зачастую так удаляют нас друг от друга. Ведь иногда мы забываем, что любят не за что-то, а просто потому, что любят. И ловим себя на фразах вроде: «Ты не убрал за собой игрушки, я больше тебя не люблю». В домашних животных то и притягательно, что их привязанность чиста и бескорытна. Они будут радоваться и ласкаться к вам, даже если вы забудете их покормить. Им все равно, кто их хозяин — двоечник или отличник, боится темноты или порвал вчера штаны, пере-

лезая через забор. Таким образом, если вы видите, что ребенок предпочитает ваше общество обществу котенка, задумайтесь. Может быть, вам надо просто попробовать быть ласковее, реже делать ему замечания?..

Животные в доме, конечно, приносят всем большую радость. Естественно, их присутствие не решает проблемы воспитания у ребенка гуманного отношения к природе. Но ребенок может разделить вашу любовь, перенять ваше отношение, вместе с вами ощутить себя частью огромного мира природы, почувствовать свою ответственность за него.

Глава 11. ЕСЛИ РЕБЕНОК СПРАШИВАЕТ «ПРО ЭТО»

Как это — где я взялась? Ты же сама родила меня своими собственными руками.

К. Чуковский. «От двух до пяти»

Вопрос о половом воспитании в современном обществе стал предметом исключительно пристального внимания многих родителей, так как теперь уже почти нет людей, которые считают, что неведение в этой области является гарантом нравственности. Кроме того, в наше время очень трудно оградить ребенка от потока информации, содержащего в том числе сведения и по этой «запретной» теме, который обрушивается на него с экрана телевизора, со страниц журналов, газет бульварной литературы.

Сложность проблемы заключается в том, что именно к таким вопросам взрослые обычно оказываются неподготовленными. Они оправдывают себя тем, что их родители, в свою очередь, не разговаривали с ними на подобные темы, и родители их родителей не занимались с ними половым воспитанием, в детских садах и школах не было программ по сексуальному воспитанию детей, и, несмотря на, это все как-то выросли...

Итак, родители или страшат детей тем, что это «плохой вопрос» и «грязные слова», или морочат им голову, пользуясь старыми шаблонами: «Тебя нашли в капусте» или что-то в этом роде. К сожалению, нужно очень четко представлять себе, что в первом случае обязательно найдутся те, кто не постесняется все объяснить, во втором — рано или поздно ребенок узнает, что вы ему зачем-то соврали.

Почему взрослые не хотят сказать правду, как ЭТО происходит на самом деле? Может быть, это тайна — неприличная, грязная, дурная. Увы, в большинстве случаев именно к такому выводу и приходят дети, и проносят это ощущение через всю свою жизнь, обрастая комплексами, фобиями, неврозами.

А мы так мечтали о том, чтобы они выросли счастливыми...

Американский педагог и психолог Алан Фромм в своей книге «Азбука для родителей» пишет: «Будет ли человек испытывать страх, страдать от комплекса вины, с неприязнью относиться к половой близости или, напротив, станет получать удовольствие от своего тела, зависит не от того, насколько он осведомлен о половой жизни, а от своего отношения к ней».

Нам, взрослым, самим еще нужно учиться разговаривать на сексуальные темы, не делая из секса табу. Как часто мы оправдываем себя, говоря: «Разве я могу ему что-то об этом рассказать!? Я и сама в сущности так мало об этом знаю». Или: «Зачем торопить события и вызывать у ребеночка преждевременный интерес к сексу?» Нам ужасно неловко обсуждать эту тему со своим чадом, которого мы считаем и всю жизнь будем считать несмышленным ребенком. Мы испытываем просто панический страх перед этой «скользкой темой» и боимся, что не сможем подобрать нужных слов. Мы не хотим, чтобы нас неправильно поняли. Но ведь мы также не хотим, чтобы дети, вырастая, обвиняли нас в том, что их личная жизнь не удалась.

Чтобы этого не случилось, давайте наберемся смелости и пообещаем себе быть честными и открытыми и сделать все, чтобы не бросать своих детей один на один с та-

кими сложными вопросами, как вопросы «ПРО ЭТО».

С ЧЕГО ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ

Для того чтобы прийти к этим «страшным» вопросам, ребенок сначала должен осознать себя как нечто самостоятельное, испытывающее разнообразные ощущения и принадлежащее к определенному полу.

Как считают ученые, пол оказывает влияние на человека уже с момента его зачатия, и в эмбриональном состоянии мальчики ведут себя иначе, чем девочки.

Младенец появился на свет — сама невинность и чистота. Для него очень важны прикосновения, поглаживания — материнская ласка. Это то, что дает ему ощущение защищенности, комфорта. При недостатке такого внимания тормозится развитие. Но желательно и не переусердствовать, избегать слишком длительных и жарких ласк. Но позже ребенок сможет сам инстинктивно избегать утомляющих его излишних нежностей.

Ребенок растет, и у него появляется исследовательский интерес к собственному телу, все части которого для него одинаково занимательны. Родители учат малыша названиям частей тела. Только гениталии часто обходят молчанием или называют их придуманными словами. Психологи рекомендуют давать только правильные названия, не смущаясь, не придавая словам особой эмоциональной окраски. Если дети знают, как называются части тела, в том числе половые органы, они легко смогут объяснить, что у них болит, или рассказать, если кто-то пытался их тело трогать. Важно чтобы ребенок понимал, что все части тела хорошие. Нет плохих, грязных, о которых стыдно говорить.



Мама моет четырехлетнюю дочь и приговаривает: «А теперь намылим ручку, а теперь намылим ножку, а теперь попку...» И тут девочка возмущенно останавливает: «Мама, ты сказала плохое слово». — «Почему, доченька, плохое?» — удивляется мать. «Так дразнятся!» — «Вот когда дразнятся, когда говорят ТЫ — ПОПА, это плохо. Потому что дразниться нехорошо. А когда про попку говорят, то иначе и не скажешь. Как же еще ее называть?» Ребенок глубоко задумался.

Любопытство присуще человеку с самого рождения. Оно позволяет ребенку открыть для себя массу интересных вещей. Прежде всего оно проявляется в том, что малыш все сует в рот или старается потрогать. И одним из первых объектов исследования становится его собственное тело.

Внимание! Никогда не ужасайтесь, не дергайте, не шлепайте ребенка, если он заинтересовался своими гениталиями. В том случае, если вам кажется, что он слишком увлекся, лучше попробуйте незаметно переключить его внимание на что-нибудь другое.

На сегодняшний день ни для кого не является секретом, что большинство детей пробуют заниматься мастурбацией. Это всегда шокирует родителей. Но взрослые должны понимать, что, во-первых, это совершенно естественно, во-вторых, дает детям возможность изучить особенности своего тела.

Вот несколько советов, которые помогут вам избежать крайностей в этом вопросе.

- Не провоцируйте ребенка сами. Следите, чтобы ему не жала и не терла одежда. Мойте половые органы, как следует, но быстро. Внимательно относитесь к возможным раздражениям кожи в этих нежных местах.

- Никогда не угрожайте и не путайте ребенка, застав его за этим занятием, придумайте, как отвлечь его.

- Постарайтесь понять, а не спровоцировали ли вы своим поведением напряжение, которое ребенок пытается снять, прибегая к мастурбации.

В возрасте 2—3 лет ваш малыш с удовольствием ходит голый. Он очень любит раздеваться (по крайней мере, это для него гораздо легче, чем одеваться). Бывает, только мать оденет своего малыша, а через пять минут он снова голый, радостно стягивает с себя последнее, что мешает, — носок. Какие прекрасные ощущения — все тельце дышит, ничто не сковывает движений. Он еще не испытывает стыда за собственное голое тело.

Родители! Не торопитесь привить ребенку чувство стыда за наготу! Все-му свое время. При нормальном отношении окружающих ребенок сам начнет стесняться своего тела. Вы же никогда не клеймите его позором и не допускайте, чтобы это делали другие.

Помните, что мы живем в обществе, где установлено, что некоторые части тела необходимо скрывать от посторонних взглядов одеждой. Но не всегда так было, и, вероятно, не всегда так будет. Наши древние прародители не знали подобных проблем, и еще сегодня многие племена Африки совершенно не разделяют нашего мнения на этот счет. А если проследить историю купального костюма — от самых первых закрытых моделей с панталонами до современных бикини, — станет видна тенденция к более спокойному отношению к обнаженному телу.

В разные времена и у разных народов существовали свои запреты на демонстрацию определенных частей тела. Старый анекдот рассказывает о турчанке, которая, оказавшись без покрывала на голове в присутствии гостя, неожиданно пришедшего к

ее мужу, подняла юбку, чтобы прикрыть голову.



Различается отношение к наготе и в разных семьях. Придерживаясь в обществе определенных правил, мы дома не всегда ведем себя одинаково. Многие спокойно относятся к наготе в кругу своей семьи, другие даже в интимной атмосфере чувствуют себя неловко в обнаженном виде.

Рассказывает мама 6-летнего мальчика и девочки полутора лет: «Мы с мужем привыкли расхаживать по дому обнаженными при детях, это очень удобно, особенно в летнюю жару. Дети свободно заходили в ванную, когда кто-то из нас купался, мы не стеснялись их. Нам казалось, что мы живем совершенно естественно. Но наша знакомая посоветовала покончить с этими привычками, потому что сын уже достаточно вырос и должен понимать, что такое частная жизнь — его и родителей».

Стоит ли допускать до обсуждения устоев семьи постороннего человека, стоит ли привносить извне правила поведения? На мой взгляд, нет.

Достаточно часто случается, что дети сами определяют степень своей «взрослости», выражая желание остаться в одиночестве в туалете, отворачиваясь от вас во время приема душа, обращаясь к вам с просьбой купить купальник, «как у больших», или плавки.

Ваша задача заключается в том, чтобы постепенно знакомить ребенка с общепринятыми нормами. При этом важно придерживаться золотой середины. И те, кто считает обнаженное тело преступно аморальным, и те, кто, наоборот, на каждом шагу выражает возмущение общепринятыми нормами, обычно скрывают глубокие внутренние конфликты. Дети не должны, с одной стороны, нарушать принятые правила, с другой — стыдиться своего тела, чувствовать себя неловко даже с людьми своего пола или на приеме у врача.

ВНИМАНИЕ! На этом этапе важно, чтобы ребенок понял то, что есть правила поведения, которые стоит выполнять, а не то, что быть голым — позор и его половые органы — мерзкие и неприличные.

Девочки 3 и 4 лет летом на даче. В основном по дачному участку ходят раздетыми. Это — «как дома», объясняет мама. Но за калитку, в магазин, в лес — нужно надеть платье или футболку с шортиками, потому что так принято. И, садясь за стол, тоже нужно одеться — такое правило.

И, конечно же, нет никакой патологии в том, что ребенок интересуется тем, как устроены взрослые. Ему очень хочется посмотреть, как вы купаетесь или переодеваетесь. Лучше спокойно, не заостряя внимания, удовлетворить его любопытство, чем

строго запретить ребенку подглядывать за вами. Не стоит создавать эффект «запретного плода» там, где этого легко можно избежать.

ТАКИЕ УВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ИГРЫ

В 4—5 лет расширяется круг общения ребенка, появляется интерес к сверстникам. Это время игр «в доктора», «в папу — маму», «кучу малу», совместного купания и всего, что связано с уединением и скрытностью, — например, когда дети прячутся под кроватью или строят шалаш. Все эти игры позволяют ребенку не только примерить «взрослые» роли, но и утолить свое любопытство, получая возможность физических контактов друг с другом, рассматривая то, что запрещено приличием.

Все это совершенно нормально и естественно. Родители, которых подобное поведение приводит в ужас настолько, что они применяют, руководствуясь своими неверными представлениями, репрессивные методы, действуют не в интересах ребенка.



ВНИМАНИЕ! Не вмешивайтесь в процесс игры без необходимости. Но при случае объясните ребенку, что в игре он не должен причинять боль или действовать вопреки желаниям другого. Помните, что попытка подавить проявление полового инстинкта не уничтожает интерес, а только создает комплекс вины, запутывает ребенка и вызывает у него желание сделать что-то тайком.

Вашему ребенку очень повезло, если у него есть друг противоположного пола или братья (сестры) близкие по возрасту. Тогда при взаимном доверии можно обсудить, почему у мальчиков так, а у девочек по-другому. В отсутствие такого близкого и доверительного общения некоторые дети, чтобы удовлетворить свое любопытство, бывают вынуждены подглядывать. Но это не позор, а вполне закономерный интерес. Поговорите с ребенком спокойно, объясните, что другому человеку такое подглядывание неприятно, но не ругайте и не стыдите его.

Известный психолог Владимир Леви в книге «Нестандартный ребенок» приводит такой пример. Мама, узнав, что ее сын подглядывал за тем, как она моется, устроила жуткий скандал и перестала с ним разговаривать на полтора (!) года, решив, что он законченный извращенец. Сама страшно это переживала: «Я думала, что у меня растет друг, а оказалось...»

ВНИМАНИЕ! «Разоблачения и репрессии — психотравмы на всю жизнь, риск остаться без внуков», — считает В. Леви.

Говоря об играх, нельзя не затронуть еще одного очень важного вопроса. Игра дает прекрасный повод, чтобы научить ребенка простому, но необходимому правилу: никто не имеет права дотрагиваться до него против его воли!!!

Не раз и не два повторяйте ему это, если хотите защитить его. Очень осторожно предостерегите его от злых, нехороших людей, которые пристают с подарками или угрозами на улице к маленьким детям. Помните: дети очень впечатлительны, их легко запугать, поэтому как можно спокойнее, деликатнее объясните им, что правило: «Мое тело только мое. Другой человек без моего согласия не может прикоснуться ко мне», никто не должен нарушать. Даже родители.



ВНИМАНИЕ! Никогда не целуйте ребенка против его воли, насильно. А если так поступает кто-то посторонний, незамедлительно приходите ребенку на помощь. Он может и должен рассказать вам о подобной ситуации.

Понятие «личное пространство» очень значимо в жизни каждого человека. Что такое личное пространство ребенка? Это его тело, его детские секреты, его первые желания остаться в одиночестве в ванной комнате или в туалете. Взрослый не должен проявлять неуважения к подобным вещам. Только так, на своем примере, можно научить ребенка уважать ваше личное пространство или пространство других людей. Уважать сон и отдых взрослого, его взрослые разговоры, его работу и тому подобное. Но, с другой стороны, чтобы заложить фундамент взаимопонимания между вами и вашим ребенком с самого раннего возраста, вы не должны злоупотреблять своим лич-

ным временем и пространством. Не обделяйте ребенка вниманием, не будьте равнодушным, не отвлекайтесь на свои дела, когда занимаетесь с ребенком совместной деятельностью.

Адекватное ощущение личного пространства — своего и других людей — во многом может быть гарантом благополучия ребенка. Часто встречаются ситуации, в которые дети попадают в первую очередь по причине недоговоренности с родителями о личном пространстве. Я имею в виду, например, тот случай, когда ребенок в самый неподходящий момент оказывается на пороге родительской спальни. Ситуация в достаточной степени форс-мажорная. Родители обескуражены, они не находят слов...

Рассказывает мама девочки-первоклассницы: «Дочь застала нас с мужем в самый неподходящий момент. Тут же вылетела из комнаты, ни о чем не спрашивала, и я ничего не смогла ей сказать. Но с тех пор она стала сторониться нас, смотреть на нас испуганными глазами. Я думаю, что она очень испугалась. У меня было такое лицо... Но я не знаю, как мне с ней поговорить...»

В таких случаях нет смысла молчать. Ребенок не понимает ситуации, его больше всего пугают ваша реакция, ваше смятение. Обычно дети воспринимают происходящее как насилие. Найдите в себе силы для достаточно откровенного разговора, откровенного не по содержанию, это совершенно не нужно, а эмоционально такого предельно открытого разговора, который избавит ребенка от страха непонимания.

САМАЯ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ

Когда человек впервые познает это чувство? Обратимся к фактам, которые давно известны ученым.

Психологами выделены четыре стадии развития, на которых внутренне присущая любому человеку способность любить проявляется особенно сильно.

1. Возраст около 3 лет (естественное следствие «кризиса трехлетних» и связанного с ним острого переживания «я сам»), когда ребенку вдруг начинает очень нравиться мальчик или девочка одного с ним или более старшего возраста.

2. Младший школьный возраст (7—8 лет), когда полудетская влюбленность проявляется во взаимной нежности и жалости (иногда почти бессознательно вызванной собственными же, направленными на объект любви негативными действиями).

3. Подростковый возраст (12—13 лет), когда чувство к человеку противоположного пола находит свое выражение в возрастающей тяге к общению, жадном интересе к объекту любви и своеобразном фетишизме (когда особо привлекает какой-то один компонент внешности, например, волосы или ноги).

4. Юношеский возраст (15—17 лет), когда обусловленная социальной ситуацией развития привязанность юношей и девушек друг к другу носит уже почти взрослый характер, ибо основывается на тяге к глубокой личностной интимности, стремлении познать личность «объекта» любви.

Представив себе перспективу развития чувства любви, вернемся все же к возрасту, о котором ведется речь в данной книге.

Итак, именно в 2—3 года у ребенка может проявиться первый интерес к детям противоположного пола. Часто бывает, что симпатия, завязавшаяся между мальчиком и девочкой еще в младшей группе детского сада, длится все дошкольное детство, а порой продолжается и в школьные годы. И очень важно, чтобы родители правильно прореагировали на это чувство, сознавая всю ответственность за судьбу своего сына или дочери, понимая, что уже сейчас закладывается основа будущих взаимоотноше-

ний ребенка с представителями противоположного пола. Учтите, что малыш в этом возрасте идеализирует родителей, хочет стать таким, как они, принимает на веру все, что ему говорят взрослые, чувствует и перенимает их отношение к той или иной ситуации. Именно слова и поступки взрослого определяют характер и дальнейшее развитие отношений ребенка с противоположным полом.

ВНИМАНИЕ! Дорогие взрослые, ваша ирония по отношению к чувствам ребенка может серьезно ранить его.

Как часто взрослые люди не задумываются о том, к чему могут привести их слова и поступки!

Нередки случаи, когда родители в присутствии детей, смеясь, рассказывают знакомым, что их ребенку уже нравится девочка (или мальчик) из группы.



Мне на память приходит одна история, свидетелем которой я стала несколько лет назад. Мальчик и девочка лет десяти сидели на диване и играли в шахматы. Их отцы наблюдали за ними. «Вот, если их спарить, — сказал один папаша, — дети пойдут красивые, но глупые...» Второй в ответ захохотал. Дети разом покраснели и играть перестали. Им было мучительно стыдно. За взрослых.

Дети обычно быстро понимают, что нужно прятать свои чувства, опасаясь насмешек взрослых, уходят в себя, привыкают к непониманию. Или, что еще хуже, принимают правила игры: высмеивают чувства других детей, дразнят их.

Но и от чрезмерной драматизации чувств ребенка мне хотелось бы родителей предостеречь. Впадая в другую крайность, раздувая чувства ребенка до масштаба жизненных трагедий, вы тоже можете сильно ему навредить. «У ребенка свое, особое умение видеть, думать и чувствовать; нет ничего глупее, чем попытаться подменить у него это умение нашим», — писал Жан-Жак Руссо.

В одном дворе жили мальчик и девочка. Дружили с раннего детства, их даже называли «женухи и невеста». А когда пришло время, они пошли первый раз в первый класс. И первого сентября их отношения прекратились. Навсегда. А все из-за того,

что девочке очень хотелось, чтобы мальчик сел с ней за одну парту. Он прошел мимо. Как выяснилось, потому, что страшно волновался и не узнал подружку.

Самая хорошая позиция, которую может занять взрослый по отношению к чувствам ребенка, касающимся взаимоотношений полов, — это уважение, принятие того, что у вашего малыша уже есть сфера личных переживаний. Очень хорошо, если у вас доверительные отношения и ребенок сам с удовольствием делится с вами своими мыслями, эмоциями. Дорожите этим доверием, не злоупотребляйте им, пользуясь преимуществами старшего и более опытного.

Ди Снайдер в своей книге «Практическая психология для подростков» так описывает отношение взрослых к первой любви: «Журналистка Энн Лэндерс определяет любовь между подростками как всего лишь «влечение двух систем желез внутренней секреции, стремящихся друг к другу» — вот еще один пример того, как взрослые любят оскорблять твои чувства. Можно подумать, что ребенок для них — это всего лишь «система жизнеобеспечения желез». Они дают твоей любви дурацкие названия вроде «щенячьей возни» или «придури».

Помогайте маленькому, неопытному человеку разобраться в нахлынувших на него чувствах, обсуждая с ним судьбы литературных героев, сказочных персонажей, сюжеты мультфильмов и фильмов для детей. Ребенок привыкнет к тому, что хорошая книга, фильм может многому научить, и в тот момент, когда вас рядом не окажется, сможет сам найти опору и выход из непростой ситуации.

ВНИМАНИЕ! Родители, помните, что хотя первая любовь еще очень наивна, но для нее всегда сохранится в сердце особое местечко.

ПРО ПЛОХИЕ СЛОВА

Ах, как мечтают многие мамы и папы, что «эта гадость» обойдет их малыша стороной! Но как же все-таки защитить своего ребенка?

Не отдавать его в детский сад, уводить подальше от детской площадки, на которой гуляют «нехорошие дети», не ходить с ним на рынок и в магазин, заткнуть ему уши?

Увы, это невозможно. Все равно наша жизнь такова, что ребенка нельзя изолировать от нецензурных выражений. И ваш малыш будет их повторять. Именно ваш малыш, такой нежный, ранимый, вот этим ангельским ротиком. Рано или поздно все дети через это проходят. Не стоит волноваться, если ваш ребенок произнес бранное слово, это еще не повод для беспокойства. Детям свойственно слушать, запоминать и повторять, что говорят вокруг. А такие слова обладают особой притягательностью, так как взрослые дяди и тети их используют в особо эмоциональные моменты (например, уронив себе на ногу что-нибудь тяжелое). А уж если вы, услышав из уст малыша что-нибудь этакое, были шокированы, или, как это часто бывает, сказали: «Тебе так нельзя говорить. Так только взрослые дядьки ругаются», ждите, что ребенок с особым удовольствием будет повторять бранные слова снова и снова.

Что же делать? Разумеется, нужно как-то повлиять, принять меры. Но как?

ВНИМАНИЕ! Не стоит проявлять к этому явлению повышенный интерес. Иначе ребенок поймет, что это прекрасный способ обратить на себя внимание. Будьте спокойны.

Психологи в таких случаях советуют, не ругать ребенка, не угрожать намазать ему рот горчицей, не отправлять в ванну мыть язык с мылом, а кратко и ласково объяснить, что так говорить неприлично. Если казус произошел при посторонних, извинитесь за ребенка и сразу смените тему разговора. Ну и конечно, сами очень строго сле-



дите за своей речью. Никогда не позволяйте себе нецензурных выражений, пусть это будет вашим принципом, и не только в присутствии ребенка.

Мальчик-первоклассник принес из школы неприличный анекдот и рассказал его папе с мамой. Папа, спокойно выслушав его, попросил его впредь воздерживаться от подобных историй, так как они оскорбительны для женщин. Настоящий мужчина никогда не позволит себе подобного, тем более в присутствии дам.

И СПРОСИЛА КРОХА...

К числу вопросов, на которые взрослые люди часто оказываются неспособными ответить ребенку со всей прямотой, принадлежит вопрос о его рождении. Наиболее любопытные дети уже на третьем-четвертом году жизни начинают размышлять о причинах своего появления на свет. Тогда же у них возникают вопросы о том, откуда вообще берется на земле все живое. Многие дети, пытаясь проникнуть в тайны бытия, создают на этот счет свои гипотезы, свидетельствующие об их пытливом уме и богатом воображении.

Раздумья о начале всего существующего закономерны для процесса умственного развития ребенка. Дети обращают внимание на то, что на свете существуют мужчины и женщины, старики и юнцы, младенцы и взрослые. Ребенок становится свидетелем появления в его родной семье малыша — его брата или сестры, он слышит, что то же самое происходит и в других семьях. Поэтому вопросы, касающиеся этой области, вполне естественны.

При этом, отвечая на них, взрослые, как правило, придерживаются одной из общепринятых моделей поведения.

1) Используют готовые шаблоны: тебя (или твоего брата — сестру) — нашли в капусте, принес аист, купили в магазине.

Легенда о белом аисте, приносящем младенцев, родилась в Германии. В странах, где аисты не вьют гнезд, говорили, что детей находят на деревьях, в колодцах, и что помогающие роженицам женщины — повитухи — приносят их в коробках. Причем если мифы о капусте и аисте пришли к нам из глубокой древности, то отговорка про магазин появилась относительно недавно: она стала одной из самых распространенных во времена советской власти.

В повести Веры Пановой «Сережа» пятилетний герой рассуждает: «Откуда берутся дети — известно: их покупают в больнице. Больница торгует дегьями, одна женщина купила сразу двух. Зачем-то она взяла совершенно одинаковых — говорят, она их различает по родинке: у одного родинка на шее, у другого нет. Непонятно, зачем ей одинаковые. Купила бы лучше разных».

2) Придумывают свои версии: ребенок спустился с неба, вырос из цветка (версия из сказки «Дюймовочка»), его слепили из специального теста.

3) Пресекают разговор: «Что глупости всякие спрашиваешь? Не видишь, мне некогда!»

4) Переносят разговор: «Вырастешь большим, сам узнаешь». Кстати, немного перенести разговор, если вы в данный момент не готовы ответить, вполне позволительно. Но не затягивайте паузу и не обманывайте ребенка. Если вы сказали: «Давай лучше вечером поговорим, и я тебе все объясню», — значит, извольте приготовиться к вечернему разговору и ответить на интересующие ребенка вопросы.

5) Отвечают вопросом на вопрос: «А почему это тебя интересует?», «Кто это тебя такой гадости научил?»

6) Особо «продвинутые» родители приносят детям книги соответствующего содержания, благо в книжных магазинах сегодня можно найти великое множество литературы на эту тему, направленной на утоление любопытства детей разных возрастов.

Лично я знала, что родилась. Но, выслушивая иные теории подруг и знакомых детей, не удивлялась. Что ж, видимо, и так бывает. Кому как повезет. Кто-то ро-



дился, а кого-то в магазине купили. Люди-то все разные.

Похожую ситуацию приводит К. Чуковский в книге «От двух до пяти»: «Подружка сказала Люде, что ей купят сестру или брата. Люда с негодованием:

— Не купят, а выродят. Детей покупали, когда было рабство, а теперь всех вы-
раживают».

Почему родители выбирают ту или иную модель поведения при ответе на вопрос ребенка о его появлении на свет? Причины могут быть разными.

Некоторые взрослые принципиально занимают позицию, согласно которой ребенок не должен ничего такого знать. Они предпочитают растить своего ребенка «в чистоте», уберечь его от этих знаний до поры до времени. Для них объяснить ему правду означает «испортить», «испачкать». Но при этом приверженцы подобного взгляда на воспитание не берут в расчет, что ребенок не изолирован от социума и он так или иначе получит информацию по этому вопросу.

Дети так устроены, что обязательно доберутся до сути, вот только какое у них после этого будет впечатление о взрослой жизни, можно только предполагать...

В. Г. Белинский писал: «Если добродетель есть неведение, то все животные — предобродетельные особы. Добродетель девушки не в том, чтобы она младенчески не знала, а в том, чтобы она младенчески знала и в знании оставалась чистою».

Итак, заботясь о благе детей, взрослые чаще всего просто скрывают свою некомпетентность и трусость, тем самым предоставляя детям возможность узнавать такую важную информацию стихийно, находя в конце концов свое объяснение, причем скорее всего — ошибочное. Подобные выдуманные представления могут нанести ребенку

серьезный вред, если позволить им развиваться дальше. Американский психолог Алан Фромм в своей книге «Азбука для родителей» подчеркивает, что в данном случае ошибочные представления могут привести к восприятию половой функции как чего-то непристойного, агрессивного, страшного и тревожного. Ни один ребенок не в состоянии разобраться самостоятельно во всем этом. Напротив, вполне естественно, что у него складывается неверное представление о поле. Лучше всего, если именно родители помогут ему исправить эти представления. И чем раньше они это сделают, тем меньше у него останется времени для нездоровых размышлений и фантазирования.

В. Леви пишет о мальчике, который, составив картину своего появления на свет, пришел к такому выводу: «Я из роддома. Меня там купили за сто рублей. А сделали на фабрике в космосе».

Но не менее опасна в данном вопросе и другая крайность. Уже много лет за рубежом, а теперь и в нашей стране идет агитация за откровенность родителей: считается, что психике трех-четырехлетних детей будет нанесен очень тяжелый ущерб, если родители не расскажут им полную правду о тайнах их зачатия и рождения. Но информация, преподнесенная с точки зрения биологии, теряет собственно человеческий фактор. Правда о том, что у нас «все как у животных», несколько однобока. Под лозунгом «говорить ребенку правду» фактически скрывается ложь. Перелистав одну из современных книжек на эту тему (Вирджиния Дюмон. «Откуда я взялся». — М., изд. Астрель, 2002), я пришла к выводу, что, несмотря на очень простой и ясный текст, на веселые картинки, мне не хотелось бы, чтобы она стала источником информации для моего ребенка. По крайней мере единственным источником и в том возрасте, на который она рассчитана, согласно рекомендации (5—8 лет).

Ребенок все равно вынужден преобразовывать полученную информацию на свой лад. Вообще детская психика, как отмечено во многих научных исследованиях, очень пластична. Ребенок всегда создает свои гипотезы, если его не устраивает то, что предлагают ему взрослые. Таким образом, ребенок сам может отвергнуть сведения, которые преждевременно сообщили ему взрослые. Он начисто вычеркивает их из сознания.



При этом часто случается, что, создав ту или иную гипотезу для объяснения непонятных явлений, ребенок уже через минуту забывает о ней и придумывает новую. В конце концов он доберется до более или менее устраивающего его понимания действительности, но это довольно длительный процесс.

Толе пять лет. Мама, ожидая рождения второго ребенка, объяснила сыну, что такое беременность, и долго толковала, что сестренка «выйдет у меня из животика». Но потом, когда у мальчика спросили, откуда у него сестренка, он убежденно сказал: «Аист принес».

Насколько правы те родители, которые во избежание лишних вопросов, приносят ребенку «Сексуальную энциклопедию детей» или что-нибудь в этом роде? Трудно ответить на этот вопрос однозначно. Есть дети, которые воспринимают это вполне продуктивно, и у них больше не возникает вопросов. Они вроде бы готовы расти и развиваться дальше, кое-что для себя уяснив. Родителям, не боящимся «правды», так, конечно, проще. Но лучше ли? Мысли ребенка невозможно контролировать. Никто не может сказать с уверенностью, что именно он понял, а что его напугало, отвратило, обескуражило.

ВНИМАНИЕ! Родители, ни в коем случае не отрицая пользы хорошо иллюстрированной, грамотно написанной энциклопедии, все же следует использовать ее только как наглядное пособие, а не как замену вашего «живого» разговора с ребенком.

Рассказывает мама, купившая сыну соответствующие книжки, рассчитанные на его возраст: «Он их полистал и отложил. Через некоторое время опять достал и читает, а потом смущенно стал такие вопросы задавать — мне бы краской залиться, но я сделала вид, как будто он просто спрашивает о чем-то типа «как нужно правильно чистить зубы»; и как могла на все ответила. Он расслабился и просто закидал вопросами, в результате проговорили несколько часов. В данный момент больше ни о чем не спрашивает, но чувствую, пройдет опять какое-то время и снова будет шквал вопросов — главное, разговаривать очень спокойно, чтобы он не пошел задавать эти вопросы своим друзьям, а то ведь они научат».

И все-таки, что конкретно ответить ребенку на вопрос о его рождении? Как и что объяснять?

Готового рецепта не существует.

Нельзя предугадать, как малыш воспримет наши объяснения. В какую сторону? поведут его пытливый ум, любопытство и фантазия, собственный, пусть и небольшой, жизненный опыт.

«От того, как будем отвечать, как настраивать, зависят развитие, здоровье, судьба», — пишет Владимир Леви.

Малыш, живущий в благополучной семье, незаметно сам научится адекватно воспринимать взаимоотношения полов и все то, что с этим связано. Естественно, родители могут дать ребенку правильное представление, только если и сами не боятся, не терются, не считают ЭТО неприличным.

ВНИМАНИЕ! Редко возникает необходимость специально заниматься с детьми, чтобы правильно сориентировать их в этой сфере. Лучше обсуждать вопросы по мере их поступления и соответственно готовности ребенка к получению новых знаний.

При этом необходимо взаимное доверие. Важно, чтобы ребенок мог свободно задавать возникающие у него вопросы. А взрослые должны быть к этому готовы. Не в том смысле, что иметь готовый ответ. Нет, ответы могут быть разными в зависимости от возраста ребенка, его способности уточнять, обобщать, анализировать. Общих норм, равно применимых ко всякому ребенку при всех обстоятельствах, нет и не может быть. Разговор на ЭТУ тему с ребенком не должен быть лекцией: избегайте стереотипов. Очень хорошо, если у вас получится живой диалог, который будет подниматься до философских вопросов и расширяться в области зоологии, анатомии, физиологии.



Многие психологи советуют родителям в разговоре с детьми обязательно уделить внимание генеалогическому дереву семьи. Обратитесь к истории вашего рода. Можно вместе с ребенком наклеить на ветви «дерева» фотографии ваших предков, можно предложить ребенку нарисовать маму и папу, дядю и тетю, бабушку и дедушку. Чем дальше в глубь веков вы сможете продвинуться, тем шире у ребенка будет представление о том, откуда он взялся, откуда родом, кто были его прародители. Очень хорошо, если, говоря с ребенком о его родословной, сможете не просто назвать имена и фамилии ваших предков, но и рассказать, чем они занимались, как жили, о чем мечтали.

Проведя с ребенком несколько часов за составлением генеалогического дерева, вы не только получите удовольствие от интересного общения, но и поможете своему ребенку лучше представить себе такие широкие понятия, как человеческая жизнь, смена поколений, течение времени. Ребенок начнет понимать, что, когда он станет взрослым, мама и папа состарятся, что, когда у него появятся свои дети, родители станут бабушкой и дедушкой. Так из года в год вращается колесо жизни. Дети рождаются, растут, становятся взрослыми, у них тоже появляются дети — и так до бесконечности. В других городах живут другие дети, которые тоже являются веточками этого генеа-

логического древа — это двоюродные, троюродные и более далекие братья и сестры, правнуки общих прабабушки и прадедушки.

Бабушка объяснила Анюте, что когда-то она была у своей мамы в животике.

Спустя некоторое время: «Я была у мамы в животике. А мама была в животике у бабы Анюты. А баба Анюта была у своей мамы. А ее мама тоже у своей мамы... Как матрешки!»

Подводя итоги, хотелось бы подчеркнуть, что самое главное в половом воспитании детей не то, что именно мы говорим, а то, что мы делаем, как мы живем, как мы сами относимся к этим вопросам. Важно, чтобы родители всегда были на высоте, были примером для собственного ребенка.

Как бы правильно вы ни воспитывали своего малыша, насколько бы хорошо ни объяснили ему, откуда берутся дети, если вы для него не будете образцом морали и нравственности, особого проку от вашего воспитания не будет. Дети очень чутко чувствуют обман. Замена конкретного жизненного опыта, приобретаемого ребенком в кругу семьи, теоретическими рассуждениями, как правило, бесполезна.

Хотелось бы привести примеры некоторых ошибок, которые наиболее часто, по мнению психологов, совершают родители в половом воспитании детей:

- Зажим естественных реакций у детей — не только половых, но и просто непосредственно эмоциональных, — что приводит к возникновению в будущем препятствующих нормальной сексуальной жизни холодности и рассудочности. Взрослые строго пресекают любое действие ребенка, которое представляется им результатом «испорченности», «порочности».

- Излишне строгое, предполагающее изоляцию от лиц противоположного пола воспитание, препятствующее приобретению необходимого опыта общения. Взрослые запрещают девочкам не только дружить, но и играть с мальчиками (реже — наоборот). Особенно тяжелы бывают последствия изолирующего воспитания, когда ребенок растет в неполной семье (например, мама живет с дочерью, и они полностью лишены общества мужчин).

- Выработка ненависти к противоположному полу, подавление любых проявлений половой сущности и интереса к другому полу. Ребенок чаще всего слышит от взрослых высказывания в стиле «Все бабы — дуры» и «Все мужики — козлы».

- Сглаживание половых различий, своеобразная половая унификация (в стиле «унисекс»), уход от вопросов и выдача неверных ответов. Воспитание девочек как мальчиков и наоборот.

- Привитие исключительного отношения к целомудрию, своеобразная фетишизация невинности и девственности. Зачастую это приводит к крайностям. Ребенок вырастает неспособным к гармоничным отношениям с противоположным полом: контактов нет или, наоборот, они беспорядочны.

Задумайтесь, а не совершаете ли вы подобных ошибок? Постарайтесь стать лучше. Не забывайте, что, воспитывая ребенка, мы воспитываем и самих себя.

Глава 12. ЕСЛИ РЕБЕНОК ДЕРЕТСЯ

Агрессивное поведение в обществе считается неприемлемым. Однако в разных культурах степень ограничения агрессии сильно различается. Например, племена американских индейцев команчи и апачи воспитывали своих детей воинственными, а гопи и зуни, наоборот, ценили миролюбие. Если вдуматься, в природе именно агрессивность помогает многим животным выжить в условиях естественного отбора. В человеческих отношениях агрессивность имеет свои положительные и отрицательные, здоровые и болезненные стороны. Бороться с трудностями, покорять природу, мериться силами — все это социально одобряемая и поощряемая форма агрессии, без которой был бы невозможен прогресс. Так что агрессивность — свойство древнее. Люди, многого добившиеся в жизни, как правило, не лишены агрессивности, которую можно назвать конструктивной. Она побуждает активно добиваться своих целей, дает энергию и уверенность в себе. Такие люди могут сделать для общества много хорошего. Мы же поговорим об агрессивности разрушительной, деструктивной, портящей жизнь и самому ребенку, и его близким.

ЧТО ТАКОЕ АГРЕССИЯ

Ласковый и улыбчивый Миша, едва научившись ходить, начал толкать сверстников, отнимать у них игрушки. Дома и на улице мальчик кричит и топает ногами, когда ему что-то запрещают или не дают.

Трехлетняя Таня ужасно злится, если у нее что-то не получается, в сердцах бросает вещи, но от помощи отказывается, упорно пытаясь сделать все самостоятельно.

Десятилетний Никита с первого класса имеет репутацию драчуна и забияки. Он очень любит командовать, не выносит критики и все споры решает с помощью кулаков.

Елена очень хочет поступить в престижный вуз, она отличница в школе, много занимается дополнительно. Она никогда не подсказывает своим одноклассникам на уроках, не дает им списывать, ни с кем не поддерживает близких отношений. Одноклассники считают Елену очень жестким человеком.

Всех этих ребят объединяет одно похожее качество — они стремятся настоять на своем, правда, разными способами. В поведении каждого из них присутствует определенная доля агрессии.

Агрессивное поведение

Агрессивное поведение — это наиболее распространенный способ реагирования на срыв какой-то деятельности, на непреодолимые трудности, ограничения или запреты. В обществе такое поведение называют неадекватным, его цель — устранение препятствия.

Агрессия может быть направлена на того, кто мешает достижению цели, на окружающие предметы, на тех, кто не виноват, но просто «подвернулся под руку» или на самого себя, так называемая аутоагрессия. Можно говорить о намеренной или случайной агрессии, инструментальной (для достижения некоторой цели) или враждебной (чтобы причинить кому-то боль).

И все-таки агрессивное поведение не всегда причиняет вред другому человеку или предмету-. Предприимчивость, активность, напористость, самооборона, упорство в своих желаниях и стремлениях имеют то же происхождение, что и непослушание, жестокость, упрямство. Постоянная необходимость бороться, преодолевать препятствия может развить дух инициативы или же породить замкнутость и враждебность, может сделать ребенка упорным либо безвольным. Для того чтобы поощрять развитие положительных сторон агрессивности и препятствовать появлению отрицательных, необходимо понять природу и происхождение агрессивного поведения.



Мальчики агрессивнее?

Время от времени ученые начинают спорить: является ли мужская агрессивность биологически predetermined качеством. Проведенные исследования показывают, что действительно мужчины чаще ведут себя более агрессивно, чем женщины, соответственно мальчики агрессивнее девочек. Но доказательств генетической предрасположенности мужчин к агрессивному поведению ни медикам, ни биологам обнаружить пока не удается.

Большинство психологов склоняется к мысли, что на высокую степень агрессивности мальчиков оказывает влияние культурно-воспитательная традиция. Модели поведения, предлагаемые мальчикам, значительно отличаются от моделей поведения, предоставленных на выбор девочкам.

Агрессия входит в мужской стереотип поведения, она чаще ожидается и поощряется. Различия в поведении мальчиков и девочек появляются уже на втором году жизни. Мальчик с раннего возраста должен уметь давать отпор, его учат и поощряют самостоятельно разбираться с обидчиками. Девочку порицают за излишнюю активность, напористость, желание командовать.

Одно и то же поведение на детской площадке может порадовать родителей девочки и расстроить родителей мальчика, и наоборот. Например, малыш безропотно отдаст свою игрушку более агрессивному сверстнику. «Молодец! Умеет уступить, нежадная!» — с гордостью скажут родители девочки. «Ну и тяпа же наш сын! Даже не может постоять за себя!» — расстроятся родители мальчика.

Социологи отмечают, что в среднем женщины всех возрастов проявляют больший интерес к переживаниям, эмоциям окружающих, чем мужчины. Хотя представители обоих полов одинаково разбираются в чувствах других людей, женщины более склонны к сопереживанию, так как эта роль предписана им нашей культурой. Достаточно,

например, сравнить выбор игрушек для мальчиков и девочек. Некоторые игрушки мальчиков направлены на разрушение, например оружие, а девочек — на созидание (наборы для шитья, вышивание, кухонная утварь). Куклы и мягкие игрушки ориентируют девочек на мир чувств и переживаний, а бесчувственная техника или конструкторы побуждают мальчиков, даже играя, добиваться какой-либо цели.

Девочки, играя в дочки-матери, в больницу, школу или магазин, репетируют различные социальные роли, причем опять же созидательные. Игры мальчиков в школьном возрасте — это главным образом боевые, состязательные игры.

Девочек максимально приобщают к творческим занятиям (танцы, музыка, рисование), мальчиков чаще отдают в спортивные секции, предпочитая различные виды борьбы и мотивируя это тем, что мальчику необходимо уметь постоять за себя. Хотя в конце концов все спортивные соревнования, встречи, матчи не что иное, как цивилизованная, подчиненная определенным правилам и порядку, сублимированная форма агрессивного поведения. В некоторых видах спорта это более очевидно (например, в боксе), в некоторых едва обозначено (фигурное катание). Но в любом случае смысл спортивных состязаний в том, чтобы победить соперника и выиграть. А стремление быть первым одинаково развито у мужчин и женщин.

С возрастом проходит?

Наиболее сильные проявления агрессии характерны для детей. Агрессивность обнаруживается очень рано — в отчаянном плаче грудного младенца нетрудно услышать злость и возмущение. Причина проста — малыша в чем-то отказывают, и это его раздражает. Дети, безусловно, более ранимы, их легко обидеть или обмануть, поэтому в большинстве случаев детская агрессивность — это реакция борьбы, так ребенок протестует против запретов и ограничений, налагаемых взрослыми.



Появляясь в младенчестве, агрессивность обычно растет на протяжении раннего дошкольного периода, прежде чем пойти на убыль. Спад агрессии связывают с возрастающей способностью детей разрешать конфликты неагрессивными способами (словами, а не кулаками), а также с появлением опыта взаимодействия в игровых ситуациях. К тому же к 6—7 годам дети становятся менее эгоцентричными и начинают лучше понимать чувства и поступки других. Тем не менее, согласно наблюдениям психологов, люди, у которых в зрелом возрасте появились отклонения, неприемлемые с социальной точки зрения, в детстве проявляли агрессивность по отношению к окружающим, не признавали авторитетов, враждебно относились к любым формам организации.

Если своевременно учить детей направлять свои агрессивные чувства в определенное русло и в то же время побуждать их к такому позитивному социальному поведению, как помощь или участие, можно избежать многих проблем в старшем возрасте.

ПРОЯВЛЕНИЯ ДЕТСКОЙ АГРЕССИИ

Существует несколько видов детской агрессии. Ребенок может проявлять физическую агрессию, то есть нападать на окружающих или ломать вещи, и вербальную — оскорблять окружающих, ругаться. Также его агрессия может быть направлена на самого себя, он причиняет себе боль, находя в этом какое-то утешение. Рассмотрим причины и особенности каждого из этих типов детской агрессивности.

Ребенок бьет окружающих

Каждый ребенок в своей жизни хоть раз толкнул или стукнул другого. Следует иметь в виду, что желание драться — это далеко не всегда признак плохого воспитания. Источники такого поведения могут быть разными. Вот несколько типичных примеров проявления детской драчливости.

1. Четырехлетняя Наташа ездила отдыхать к бабушке, а когда она вернулась домой, ее было не узнать. Девочка стала бить всех детей во дворе, с которыми до этого у нее были прекрасные отношения. Ее воспитанная тихая мама была шокирована поведением дочери. Наташа у бабушки общалась с агрессивными детьми и научилась их способам достижения цели, которые стала применять и в своем дворе.

Рукоприкладство на детской площадке надо пресекать сразу, терпеливо объясняя ребенку, почему не следует толкаться или вырывать из рук игрушки. Следует с самых первых «выходов в свет» учить ребенка социально приемлемым способам разрешения конфликтных ситуаций. Если ребенок постоянно ссорится с другими детьми, следует обратиться за консультацией к детскому психологу.

2. Пете полтора года, он подвижный и любопытный, родители иногда шлепают сына, если он не слушается. Однажды мама запретила ему играть с пультом от телевизора — Петя закричал и ударил маму по руке. Петя решил, что это самый надежный способ добиться своего, ведь и родители шлепают его, когда он делает что-то не так.

Родителям следует строго сказать ребенку, что так делать нельзя, маме больно. Необходимо также проследить, не слишком ли часто они прибегают к телесным наказаниям. Если их нельзя избежать — пусть они будут самой крайней мерой. Надо стараться как можно чаще объяснять ребенку правила поведения на словах.

3. Кате семь лет, а ее брату Коле — пять, они постоянно ссорятся, дерутся, родители уже устали разбираться, кто прав, кто виноват.

Драки между старшим и младшим ребенком в семье — это привычное и почти неизбежное явление, особенно при небольшой разнице в возрасте. Чем меньше родители будут реагировать на ссору или драку своих детей, тем лучше, за исключением тех случаев, когда дети могут пораниться. Часто в отсутствие взрослых дети забывают про свои ссоры и дружно играют. Но в результате вмешательства родителей любая ссора приобретает значение важного события. Например, обиженный ребенок специально провоцирует брата или сестру на рукоприкладство, чтобы его наказали.

Родителям лучше всего сделать вид, будто они ничего не слышат и не видят, или под каким-нибудь предлогом развести детей как можно дальше друг от друга. А раз-

бираться, что случилось, следует только после того, как дети совсем успокоятся.



Если ребенок считает, что агрессия является единственным способом добиться своего, или бьет слабых и беззащитных, чтобы самоутвердиться, то необходимо обратиться за помощью к специалисту.

Ребенок портит вещи

Самый «разрушительный» период у малышей начинается после года и продолжается примерно до двух лет. В этом возрасте ребенок обычно действует незлонамеренно — он творит, конструируя новую реальность, меняя своими действиями привычное положение вещей. Но бывает, что уже годовалый ребенок стремится что-то сломать, когда сердится или обижен. Например, он гневно бросает игрушку на пол в досаде, что не может научиться с ней обращаться. Или, устав от бесконечных запретов взрослых, рвет на части свою тряпочную зверушку, срывая на ней свою злость на родителей.



Еще одна причина, вызывающая желание ломать, портить, уничтожать, кроется в зависти и стремлении самоутвердиться. Например, Толя завидует Диме, потому что тот умеет строить красивые замки из песка, и, чувствуя себя неспособным создать что-то подобное, злится не на Диму, а на замки, успокаивая себя тем, что рушит их.

Родителям не следует сразу же заменять сломанные ребенком вещи новыми, лучше оставить повсюду обломки, чтобы малыш видел последствия своего поведения. Маленьким детям следует иногда давать игрушки, которые они смогут разбирать и собирать, чтобы удовлетворить свое любопытство. Если ребенок часто ломает игрушки в приступе раздражения или из озорства, родители должны как можно мягче дать ему понять, что недовольны и сердятся.

Если никак не реагировать на такие поступки, то ребенок может принять попустительство за молчаливое одобрение. Но и силой принуждать малыша к повинению не стоит, иначе можно вызвать у него стремление

еще больше ломать.

Если ребенок, например, что-то сломает в чужом доме, нужно извиниться перед хозяевами при малыше и объяснить ему, почему все не одобряют его поступок.

Важно помочь ребенку адаптироваться к окружающей обстановке, почувствовать себя любимым, и тогда его желание ломать и разрушать пройдет само собой. Следует всегда помнить, что даже самые уравновешенные люди, когда были детьми, не всегда являли собой образец аккуратности и сдержанности.

Ребенок ругается

Под вербальной агрессией понимают словесные угрозы и оскорбления другого человека. Не случайно за сквернословие в общественных местах во всех законодательствах мира предусмотрено административное наказание в виде штрафов. Эти так называемые бранные или неприличные слова рано или поздно появляются и в лексиконе ребенка. Источником этих слов в словаре ребенка могут стать сами родители, другие дети, соседи и, конечно, телегерои. Произносить ругательства ребенок может, едва научившись говорить, правда, не понимая, что они означают. Почему дети так охотно и точно повторяют нехорошие выражения?

- Во-первых, их привлекает та эмоциональность, с которой эти слова произносят окружающие. Ругающийся человек обычно «излучает» безграничную самоуверенность, его жесты очень выразительны, вокруг него возникают определенное волнение и напряжение.

- Во-вторых, узнав, что говорить такие слова можно только взрослым, ребенок, стремящийся во всем походить на старших, непременно начнет употреблять запрещенные выражения в своей речи.

- В-третьих, видя, что такие слова шокируют взрослых, дети начинают их использовать, чтобы позлить, подразнить родных. Для них бранные слова становятся еще одним оружием мести.

Бесполезно ругать детей за использование неприличных слов или запрещать им их произносить. Это сделает ругательства еще более привлекательными в глазах ребенка, он будет их употреблять, но постарается, чтобы вы это не слышали. Тогда о достижениях своего ребенка в этой области вы будете узнавать от воспитателей или учителей.

Часто ребенок не понимает, что произносит нехорошие, обидные слова. Следует объяснить ребенку, что таким образом он оскорбляет всех присутствующих, что употреблять такие слова неприлично. Подросткам надо сказать, что люди используют ругательства лишь в крайнем случае, когда в результате эмоционального напряжения им уже не хватает слов. Но даже в таких ситуациях можно обойтись без неприличных выражений. Например, одна учительница предложила своим пятиклассникам использовать вместо общепринятых ругательств названия динозавров или цветов. Можно обозвать наступившего на ногу одноклассника диплодом или кактусом. Это прозвучит также эмоционально, но менее грубо.

Естественно, во избежание раннего появления ругательств в лексиконе ребенка взрослым необходимо следить за собственной речью.

Если ребенок спрашивает о значении того или иного бранного слова, не следует уходить от ответа. Скажите, например, что так говорят люди несдержанные и невоспитанные, когда хотят обидеть или разозлить человека. Конечно, если услышал он это слово не от вас. В противном случае, если ребенок поймал вас на слове, имеет

смысл извиниться перед ним, сказать, что, к сожалению, вам не удалось сдержаться, вы поступили плохо. Дайте ему понять, что искренне раскаиваетесь, и впредь постарайтесь держать себя в руках.

В известной сказке Н. Лагина «Старик Хоттабыч» Волька в сердцах обозвал Хоттабыча балдой, а на его вопрос, что это значит, объяснил: «Балда — это что-то вроде мурдеса». И был очень смущен, когда Хоттабыч публично обратился к нему со словами: «О превосходнейший в мире балда!» Иногда родители ведут себя так же, как Волька, придумывая «культурные» объяснения ругательств.

Конечно, не стоит говорить ребенку настоящее значение каждого ругательства, но, с другой стороны, ни в коем случае не следует скрывать от него, что это неприличные, бранные слова. Иначе он будет употреблять их в своей речи и однажды может поставить вас в неловкое положение.

Ребенок причиняет себе боль

Мальчик-второклассник в минуты отчаяния царапал себя, а пятиклассник начинал стучаться головой об стенку, когда ссорился с одноклассниками. Оба не могли объяснить, почему так поступают, говорили, что их в этот момент переполняли отрицательные эмоции, что им было необходимо сделать что-то подобное, чтоб успокоиться.

По наблюдениям специалистов, некоторые дети, сталкиваясь с трудностями, направляют свою агрессию на самих себя. Создается впечатление, что ребенок хочет причинить себе боль или даже уничтожить себя. Иногда родители с ужасом наблюдают, как их малыш бьется головой о стенку кроватки. Более старшие дети способны в буквальном смысле рвать на себе волосы, а в подростковом возрасте у таких детей могут быть суицидальные попытки. Подобное поведение психиатры называют самоагрессией, или аутоагрессией. Оно вызвано неуверенностью в себе, порождается недостатком родительской любви, тепла и понимания со стороны окружающих, но может быть и признаком психического заболевания. Иногда такое поведение может носить демонстративный характер: мол, вот как мне плохо или вот как я мало себя ценю. В любом случае лучше как можно раньше обратиться за консультацией к клиническому психологу или психиатру.

МАЛЕНЬКИЕ АГРЕССОРЫ - КТО ОНИ?

Некоторые дети часто отбирают у других малышей игрушки, толкаются, дерутся, они очень подвижные и шумные. Никакие призывы «вести себя хорошо» не помогают. А если родители пытаются утихомирить такого разбушевавшегося ребенка силой, он начинает истошно вопить, топтать ногами, брыкаться, даже кусаться. Это, так сказать, внешний, всем очевидный портрет маленького агрессора. Но что же заставляет его так себя вести, что творится в его душе? Поняв это, мы сможем помочь ему и свети агрессивное поведение к минимуму.

Личностные особенности

Маленькие агрессоры всегда испытывают трудности в общении с родными и сверстниками. Они изначально отличаются от других детей большей вспыльчивостью, непокорностью, непредсказуемостью, дерзостью, мстительностью. Им свойственны самоуверенность, недостаток внимания к чувствам окружающих. Они в меньшей степени реагируют на похвалу и поощрение. Эти дети бывают очень обидчивы, бурную реакцию протеста у них может спровоцировать любое замечание или шутовское прозвище. Они нередко наделены лидерскими чертами и бунтуют против стремления взрослых всецело подчинить их своей воле.



Агрессивный ребенок не умеет отстаивать свои интересы, в споре не способен найти адекватные аргументы, поэтому кричит, спорную вещь отнимает, ругается, требует, хитрит, плачет. Он не умеет проигрывать, а если это случается, злится, обижается, отказывается от игры, при этом неудачи надолго выбивают его из колеи.

Эмоциональная неудовлетворенность часто заставляет таких детей искать удовлетворения в причинении боли окружающим — они мучают животных, издеваются над другими детьми, оскорбляют их словесно и действием, ябедничают. И тем самым обретают внутреннее равновесие.

Ребенок, испытывающий подавленность, напряженность, стресс, неуверенность в себе, тоже может быть агрессивен. Агрессия в данном случае становится средством защиты от чувства тревоги. Ребенок ожидает от всех подвоха и бросается защищать себя, как только почувствует, что кто-то ему угрожает. Он атакует, не дожидаясь нападения, при этом бьется отчаянно, изо всех сил. Такой ребенок попадает в ловушку собственной мнительности. Интерпретируя действия других детей как враждебные, он своими агрессивными реакциями вызывает агрессию со стороны окружающих.

Серьезное отставание в учебе может быть как следствием, так и причиной агрессивности ребенка. Исследователи отмечают, что большинство школьных хулиганов плохо читают, у них низкий уровень грамотности. Сам факт неудач в школьном об-

учении вводит некоторых детей в состояние разочарования и обиды, которое может перерасти в протест, агрессивное поведение.

Особые случаи

Восьмилетний Даня ведет себя плохо всегда и везде. По словам мамы, с ним было очень трудно с самого раннего детства.

Специалисты называют такие проявления патологией характера, или психопатией. Психопатия часто бывает наследственной, то есть обнаруживается у детей, имеющих родственника с таким же несносным характером.

Грубостью и жестокостью своих поступков нередко шокируют окружающих большие эпилепсией. Существует патология характера, которую психиатры называют эпилептоидной. У этих людей никогда не бывает припадков, но черты их характера напоминают черты больных эпилепсией. Эпилептоиды с детства очень педантичны, чрезмерно любят порядок, властны и весьма агрессивны со слабыми, угодливы с сильными. В таких случаях психиатр при необходимости может назначить лекарства, нормализующие настроение, успокоительные средства.

К повышенной возбудимости, а следовательно, и агрессивности ребенка могут привести осложнения беременности и родов у матери (например, тяжелый токсикоз или обвитие ребенка пуповиной). Увеличивает риск возникновения поведенческих нарушений, в том числе повышенной агрессивности, черепно-мозговая травма, перенесенная ребенком в любом возрасте. Иногда эти нарушения оказываются незначительными и сами проходят. Но бывает, что травма имеет длительные последствия. Например, у ребенка может быть постоянно повышено внутричерепное давление, он все время возбужден, вследствие чего становится неуправляемым, раздражительным.



Для профилактики подобных отклонений также необходимо обратиться за консультацией к психоневрологу. Он назначит лекарства, восстанавливающие функции нервной системы и нормализующие внутричерепное давление, или успокоительные средства, помогающие снизить возбудимость нервной системы. Но одной медицинской помощи в таких случаях мало, нужны серьезные воспитательные усилия со стороны родителей.

Агрессивные дети, каковы бы ни были причины такого их поведения, попадают в замкнутый круг. Им не хватает любви и понимания со стороны близких, но своим поведением они отталкивают окружающих, вызывая их неприязнь, которая, в свою очередь, усиливает детскую агрессивность. Именно недружественное, враждебное отношение окружающих, а не внутренние трудности провоцируют ребенка, возбуждая в нем чувства страха и гнева. То поведение, которое воспринимается как асоциальное,

является отчаянной попыткой восстановить социальные связи. До проявления явной агрессии ребенок выражает свои потребности в более мягкой форме, но взрослые не обращают на это внимания.

Вполне естественны проявления агрессии у ребенка, который каждый день становится свидетелем ссор между родителями, заканчивающихся взаимными оскорблениями или дракой. Кроме того, причиной агрессивного поведения ребенка могут стать чрезвычайно суровая или слишком слабая дисциплина, непоследовательность родителей в своих требованиях и поступках, безразличное отношение к детям, принятое в семье отрицание авторитетов.

Несколько лет назад многих американцев потряс такой случай: подросток застрелил полицейского. Эксперты-психологи выяснили, что отец мальчика был крайне непоследователен в вопросах обучения своих детей правилам и нормам поведения, не признавал авторитетов, враждебно относился к окружающим. Не раз при сыне отец оскорблял его учителей, всегда непочтительно отзывался о полицейских и прочих представителях власти. Все это, по мнению специалистов, сыграло не последнюю роль в формировании характера ребенка и привело к столь трагическим последствиям.

Стили родительского воспитания и детская агрессивность

Отечественные и зарубежные психологи, изучая особенности воспитания в разных семьях, пришли к выводу, что формирование личностных качеств детей напрямую зависит от стиля общения и взаимодействия в их семье. Рассмотрим некоторые примеры стилей родительского воспитания и проанализируем их влияние на развитие личности ребенка.

• **Авторитарный стиль воспитания.** Общения между детьми и родителями как такового не происходит, его заменяют жесткие требования и правила. Родители чаще всего отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены, обсуждения не допускается. Дети в таких семьях, как правило, непритязательны, замкнуты, боязливы, угрюмы и раздражительны. Девочки обычно остаются пассивными и зависимыми на протяжении подросткового и юношеского возраста. Мальчики могут стать неуправляемыми и агрессивными и чрезвычайно бурно реагировать на запрещающее и карающее окружение, в котором их растили.

• **Либеральный стиль воспитания.** Родители почти совсем не регламентируют поведение ребенка, открыты для общения с детьми. Детям предоставлена полная свобода при незначительном руководстве со стороны родителей. Отсутствие каких-либо ограничений приводит к непослушанию и агрессивности, дети часто ведут себя на людях неадекватно, склонны потакать своим слабостям, импульсивны. При благоприятном стечении обстоятельств дети в таких семьях становятся активными, решительными и творческими личностями. Если же попустительство сопровождается открытой неприязнью со стороны родителей, ребенка ничто не удерживает от того, чтобы дать волю своим самым разрушительным импульсам.

• **Отвергающий стиль воспитания.** Своим поведением родители демонстрируют явное или скрытое неприятие ребенка. Например, в тех случаях, когда рождение ребенка было изначально нежелательным или если хотели девочку, а родился мальчик. Ребенок изначально не соответствует ожиданиям родителей. Бывает, что малыш на первый взгляд желанен, к нему внимательно относятся, о нем заботятся, но у него нет душевного контакта с родителями. Как правило, в таких семьях дети становятся

либо агрессивными, либо забытыми, замкнутыми, робкими, обидчивыми. Неприятие порождает в ребенке чувство протеста. В характере формируются черты неустойчивости, негативизма, особенно в отношении взрослых.

• **Индифферентный стиль воспитания.** Родители не устанавливают для детей никаких ограничений, безразличны к ним, закрыты для общения. Часто они так погружены в собственные проблемы, что у них просто не остается времени и сил на воспитание детей. Если безразличие родителей сочетается с враждебностью (как у отвергающих родителей), ребенок может проявить склонность к асоциальному поведению.

• **Гиперсоциальный стиль воспитания.** Родители стремятся педантично выполнять все рекомендации по «идеальному» воспитанию ребенка. Дети в подобных семьях чрезмерно дисциплинированы и исполнительны. Они вынуждены постоянно подавлять свои эмоции и сдерживать желания. Результатом такого воспитания становится бурный протест, агрессивное поведение ребенка, иногда и аутоагрессия.

• **Эгоцентрический стиль воспитания.** Ребенку, часто единственному, долгожданному, навязывается представление о себе как о сверхценном человеке. Он становится кумиром и «смыслом жизни» родителей. При этом интересы окружающих нередко игнорируются, приносятся в жертву ребенку. В результате он не умеет понимать и принимать во внимание интересы других, не переносит никаких ограничений, агрессивно воспринимает любые преграды. Такой ребенок расторможен, неустойчив, капризен.

• **Авторитетный стиль воспитания** наиболее эффективный и благоприятный для развития гармоничной личности ребенка. Родители признают и поощряют растущую автономию своих детей. Открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения, допускают изменения своих требований в разумных пределах. Дети в таких семьях превосходно адаптированы, уверены в себе, у них развиты самоконтроль и социальные навыки, они хорошо учатся в школе и обладают высокой самооценкой.

Наказание и агрессия

С одной стороны, данные исследований указывают на то, что если ребенку удалось добиться чего-то с помощью агрессии, то он будет прибегать к ее помощи еще и еще. Но применение наказания для отучения от агрессии также приводит к усилению детской агрессивности.

Если детей наказывают за агрессивные действия, то скорее всего в дальнейшем они не будут вести себя подобным образом, по крайней мере в присутствии того, кто может их за это наказать. Однако они могут направлять свои агрессивные чувства и действия по другим каналам.

К примеру, ребенок может стать менее агрессивным дома, зато более агрессивным в школе или выражать свою агрессию другими способами — не драться, а выдумывать про других детей обидные истории или давать им клички. Кроме того, наказания могут стать причиной повышения у ребенка общего уровня агрессивности. Родители, прибегающие к физическому наказанию для усмирения детской агрессии, подают ребенку яркий пример эффективности агрессивного поведения. Обычно если ребенок реагирует вызывающе на родительское замечание, то взрослый усиливает угрозы и наказания. Это приводит к тому, что детская агрессия нарастает, а не сходит на нет. Она может быть подавлена в конкретном случае, но проявится в другой раз.

Педагог Ли Страссберг и его коллеги в 1994 году изучали связь между шлепками, которыми родители награждали своих маленьких детей за разные провинности, и степенью агрессивного поведения, которое эти дети демонстрировали в отношениях со сверстниками, когда стали ходить в детский сад. Дети, подвергавшиеся физическим мерам воздействия со стороны родителей, вели себя более агрессивно по сравнению с теми детьми, которых не наказывали физически. При этом чем строже было наказание, тем агрессивнее было поведение детей по отношению к сверстникам.

Однако совсем отказываться от наказаний не стоит. Нельзя бить ребенка, кричать, обзывать его обидными словами, но можно использовать приемы так называемой поведенческой терапии.

Справедливое и уместное применение системы поощрений и наказаний помогает добиться в воспитании неплохих результатов. Можно, например, запретить ребенку смотреть мультфильм или играть на компьютере, отменить чтение книжки или покупку мороженого. Если же ребенку удалось успешно справиться с каким-то трудным для него делом, его обязательно нужно похвалить, отметить это достижение.

Чувство вины

В процессе развития и воспитания у ребенка складывается определенное представление о добре и зле и чувство ответственности — все это принято называть совестью. Именно совесть останавливает человека, когда он порывается действовать под влиянием сильных чувств. Однако, если ребенок проигнорирует «советы» своей совести, у него возникает чувство вины, которое заставляет помнить о совершенных ошибках и стремиться не повторять их в будущем. Но слишком сильное чувство вины может, наоборот, спровоцировать асоциальное поведение ребенка. В таком случае это чувство, как и страх наказания, только усиливает агрессивность ребенка.

Часто дети открыто проявляют непослушание родителям, а потом долго переживают свой поступок, чувствуя себя виноватыми. Собственная агрессия вызывает у них боязнь утратить любовь и заботу родителей. Эта боязнь, в свою очередь, тоже может развивать агрессивность, и возникает порочный круг — ребенок подавлен не только родительским отношением, но также собственными чувствами вины и страха. В таком случае агрессия ребенка направляется на другие объекты.

Получается, что от агрессивности больше всего страдает сам ребенок. Он ссорится с родителями, теряет друзей, использует лишь минимальную часть своих интеллектуальных возможностей и живет в постоянном раздражении из-за мучительного гнета злобы и чувства вины.

Родителям не стоит «загонять ребенка в угол» постоянными упреками и напоминаниями о том, что он провинился. Совершив проступок, ребенок должен получить возможность загладить свою вину и заслужить прощение. Чаще всего достаточно просто объяснить малышу, почему окружающие не одобряют то или иное его действие, сделав это кратко и спокойно. Кроме того, надо как можно чаще хвалить ребенка за хорошие поступки, заостряя внимание именно на них.

Никогда не говорите ребенку, что вы его больше не любите и вообще «отдадите вон той тете». Что бы ни случилось, ребенок должен быть уверен в любви своих родителей. Иначе в приступе отчаяния он решит, что раз его все равно не любят, то и вести себя можно как угодно.

Ребенок в гневе

Часто ребенка воспринимают как агрессивного, если он попросту выражает свой гнев. Это чувство обычно является результатом незащищенности, тревоги или обиды.

Американский психотерапевт Кларк Мустакас проводил лечение тяжело больного семилетнего Джимми. Добрый и кроткий в жизни, Джимми выказывал сильные приступы агрессии во время сеансов психотерапии: ломал и разбрасывал игрушки, кидался глиной и песком, со зверским лицом набрасывался на специального клоуна, бил его до полного изнеможения. Мустакас пишет, что, выражая таким образом свой испуг и гнев, мальчику «удалось прийти к чувству гармонии и восстановить внутренний мир, начинавший рушиться на глазах, когда снова и снова вспыхивала страшная болезнь, когда усиливались страх и боль». Джимми не смог полностью избавиться от боли и страха, но они перестали накапливаться.

Не только тяжелая болезнь, но и менее значимые события в жизни ребенка могут вызывать у него реакцию гнева. Специалист по семейному и детскому консультированию Вайолет Оклендер писала: «В минуты сильного гнева мне становится легче, если я двигаюсь, топаю ногами, кусаю ногти или усиленно жую резинку. Я знаю также, что, сдерживая невыраженные чувства, я не могу как следует сконцентрироваться на чем-либо другом». Так происходит с каждым человеком, и дети не исключение. Поэтому психологи склоняются к мысли, что для полноценного развития родители должны позволять ребенку время от времени «выпускать пар».

Сильное влияние на способ выражения гнева оказывает отношение к нему окружающих. В обществе преобладает установка: «Хорошо никогда не злиться!» Дети очень рано понимают необходимость научиться подавлять свои эмоции, испытывая вину за собственный гнев. Кроме того, наблюдая проявления гнева по телевизору (преступления, войны, драки), ребенок начинает бояться этого чувства. Гнев становится чудовищем, которого надо избегать, подавлять. Асоциальное поведение, в том числе агрессия, рождается из подавленного чувства гнева. Легче «сбросить» отрицательную эмоциональную энергию через использование протеста, бунта, сарказма, круша все вокруг, оскорбляя окружающих.



Бывает, что подавленные отрицательные эмоции проявляются в виде тика, недержания мочи и кала, заикания. Избавиться от этих невротических реакций бывает очень и очень сложно.

Сталкиваясь с детским гневом, родители ведут себя по-разному. Одни из них помогают детям осмыслить свои эмоции и конструктивно их выражать, другие игнорируют гнев или уныние своих детей, третьи осуждают детей за подобные чувства, четвертые согласны с тем, что дети имеют право злиться и выходить из себя, и никак не

реагируют на проявления гнева. Исследования показали, что дети, которым родители помогали справиться с отрицательными эмоциями, обгоняют своих сверстников в интеллектуальном и физическом развитии.

Дети, испытывающие частые приступы гнева и не умеющие найти этому чувству правильный выход, становясь взрослыми, испытывают множество неудобств из-за своей гневливости. Им бывает трудно сохранить работу, а их браки часто распадаются.

Психологи говорят, что научиться управлять отрицательными эмоциями не значит никогда их не испытывать. Детям необходимо смириться с гневом как с неотъемлемой частью себя. А родители должны помочь им научиться перенаправлять свои эмоциональные реакции. В таком случае гнев станет движущей силой, способом преодоления препятствий или средством, позволяющим постоять за себя и других.

Идентификация с агрессором

Ко мне на консультацию привели пятилетнего мальчика. Я обратила внимание на игрушку в его руках, так называемый трансформер:

— Миша, а кто это у тебя?

— Это Мистер Смерть из «Человека-Паука».

Он протягивает мне игрушку, и я вижу, что это довольно страшный монстр: весь черный, горбатый, с черепом вместо головы...

Многие специалисты советуют: если хотите лучше узнать ребенка, понаблюдайте за его игрой. В игре ребенок воспроизводит те отношения, в которых он живет, в игре раскрываются страхи и мечты ребенка.

Уже у четырехлетних детей в играх появляются отрицательные герои. Многие дети охотно принимают на себя роли явно отрицательных персонажей, даже предпочитают их положительным. С одной стороны, это связано с тем, что многие отрицательные герои мультфильмов (особенно западных) более успешны, могущественны и поэтому более привлекательны для ребенка. Они очень активны, с ними происходит много интересного, они всегда находятся в гуще событий. Даже профессиональные актеры признают, что злодеев играть интереснее. С другой стороны, для многих детей роль отрицательного персонажа в игре — это возможность попробовать побыть плохим, непослушным, злым, агрессивным и тем самым избежать подобного поведения в жизни. Но если ребенок всегда предпочитает роли злодеев, а его поведение в игре почти ничем не отличается от поведения в реальной жизни, это не может не насторожить. Скорее всего у ребенка очень низкая самооценка, он отчаялся доказать, что он хороший. Принимая на себя отрицательную роль, он сообщает окружающим: вы говорите, что я плохой, я и буду плохим, вам назло! Такой ребенок, несомненно, нуждается в помощи специалиста.

Мама пятилетнего Миши и трехлетнего Пети пожаловалась, что ее старший сын все время играет в какие-то катастрофы. Решила поиграть с детьми в магазин. Младший сын спокойно раскладывал товар, а старший предложил, чтобы магазин захватили террористы. Агрессивность Миши в игре маму очень пугала.

Однако нет ничего удивительного, что сюжет с захватом заложников стал привычным явлением в детских играх. Ведь в последнее время такие террористические акты постоянно обсуждаются в СМИ и в разговорах взрослых. Слушая все это, ребенок начинает испытывать страх, что с ним может случиться нечто подобное. Эта тревога на-

ходит отражение в играх. Ребенок как бы старается сделать эту ситуацию привычной, а значит, нестрашной. Кроме того, спасая в игре маму и брата от террористов, мальчик не только учится преодолевать страх, но и пытается доказать собственную значимость.

Отечественные психологи И.М. Никольская и Р.М. Гарановская отмечают, что «имитация поведения отрицательных персонажей, отношение к которым вызывает тревогу и беспокойство, нередко позволяет ребенку превратить эту тревогу в приятное чувство безопасности».

Васе восемь лет. Получая возможность поиграть в кабинете психолога, он всегда выбирает роль злого папы, пинает провинившегося сына — плюшевого медведя, кричит на него, ставит в угол. Вася играет роль собственного отца, которого боится. В игре он выражает весь свой страх, злость и обиду на него.

Всегда лучше, чтобы подавленная агрессия изливалась на игрушку, чем на собаку или младшую сестру.

Проводя занятия с подростками, я часто предлагаю им переделать какую-либо известную сказку на новый, современный лад. В этих осовремененных сказках Серый волк превращается в маньяка или бандита, дракон — в бомбардировщик. Подростки боятся не Бабу Ягу или Лешего, а террористов и грабителей. От этого страха не спрячешься под одеяло. Реальные злодеи намного страшнее сказочных, потому что встреча с ними в жизни вполне вероятна и очень опасна. Одна из форм борьбы с этими страхами — имитация. Именно поэтому дети начинают копировать бандитов, делают соответствующие татуировки и прически, носят одежду, как у них, говорят на блатном наречии, ругаются и ведут себя вызывающе и агрессивно.

Присваивая атрибуты агрессора или имитируя его поведение, ребенок преобразуется из того, кому угрожают, в того, кто угрожает. Чем незащищеннее чувствует себя ребенок, тем сильнее его стремление походить на пугающий его объект. По этой же причине дети так любят надевать маски и костюмы различных монстров, вампиров и ведьм.



КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ

Столкновение с детской агрессивностью всегда вызывает растерянность у взрослых. Но некоторые проявления жестокости, упрямства и непослушания не всегда свидетельствуют о наличии у ребенка каких-либо психических отклонений, часто он просто не знает, как себя правильно вести, и ему достаточно просто немного помочь, оказать поддержку. Психологи говорят, что с агрессивными или демонстративными детьми работать легче, чем с замкнутыми или заторможенными, так как они быстро дают понять, что с ними происходит.

Профилактика агрессивного поведения

Для профилактики детской агрессивности очень важно культивировать в семье атмосферу теплоты, заботы и поддержки. Чувство защищенности и уверенность в родительской любви способствуют более успешному развитию ребенка. Чем более уверенным в себе он станет, тем реже будет испытывать гнев, зависть, тем меньше в нем останется эгоизма.

Родителям следует сосредоточить усилия на формировании желательного поведения, а не на искоренении нежелательного, подавая детям пример просоциального поведения (заботы о других, помощи, сочувствия и т. д.).

Необходимо быть последовательными в своих действиях по отношению к детям. Наибольшую агрессию проявляют те дети, которые никогда не знают, какую реакцию родителей вызовет их поведение на этот раз. Например, за один и тот же поступок ребенок в зависимости от настроения отца мог получить либо подзатыльник, либо поощрение.

Требования, предъявляемые детям, должны быть разумны, а на их выполнении надо настаивать, ясно давая детям понять, чего от них ждут.

Следует избегать неоправданного применения силы и угроз для контроля поведения детей. Злоупотребление такими мерами воздействия на детей формирует у них аналогичное поведение и может стать причиной появления в их характере таких неприятных черт, как злость, жестокость и упрямство.

Важно помочь ребенку научиться владеть собой, развивать у него чувство контроля. Дети должны знать о возможных последствиях своих поступков и о том, как их действия могут быть восприняты окружающими. К тому же у них всегда должна быть возможность обсудить спорные вопросы с родителями и объяснить им причины своих поступков — это способствует развитию чувства ответственности за свое поведение.

Ребенок имеет право выражать свои отрицательные эмоции, но делать это не с помощью визга или тумаков, а словами. Надо сразу дать понять ребенку, что агрессивное поведение никогда не принесет выгоды. Научите ребенка говорить о своих переживаниях, называть вещи своими именами: «я разозлился», «я обиделся», «я расстроился». Когда вы рассержены, старайтесь сдерживать гнев, но выскажите свои чувства громко и сердито: «Я поражен и обижен». Ни в коем случае не обзывайте ребенка глупым, тупым и т. д. — он будет так же вести себя с другими детьми.

Чем больше будет агрессии с вашей стороны, тем больше враждебности зародится в душе ребенка. Не имея возможности ответить своим непосредственным обидчикам — родителям, ребенок отыграется на кошке или побьет младшего.

Иногда ребенку нужно просто понимание, и одно лишь ласковое слово способно снять его озлобление. В других случаях только принятия и сочувствия ребенку бывает

недостаточно. Профессор Готман описывает ситуацию, когда отец, чтобы успокоить и утешить заплаканную дочку, покачал ее и усадил посмотреть мультфильмы, но «не спросил девочку, что ее печалит и что она может предпринять здесь и сейчас, чтобы почувствовать себя лучше». А девочка поссорилась со своим братом и была сильно обижена и разозлена на него. В этом случае отцу надо было сказать дочери: «Ты не можешь ударить своего брата, но ты можешь поговорить со мной, когда тебя что-то беспокоит».

Как помочь ребенку стать менее агрессивным

Самое главное — научить ребенка разряжаться — избавляться от накопившегося раздражения, дать ему возможность использовать переполюющую его энергию «в мирных целях».

Однажды учителя и родители стали жаловаться на необычный всплеск агрессивности целого первого класса. Обычно воспитанные и миролюбивые дети, приходя в школу, начинали кричать друг на друга и толкаться, мальчики дрались между собой и с девочками, не проходило и дня, чтобы кому-нибудь не разбили нос. В агрессивном классе были созданы игровые уголки, детям купили кегли и мячики, конструкторы, наборы для рисования. На переменах учителя организовывали для них игры-соревнования, каждому было чем заняться. Агрессивность в классе постепенно сошла на нет — ребятам стало некогда да и незачем выяснять отношения.

Замечательный чешский психолог Зденек Матейчик сказал: «Если у мальчика нет возможности пинать мячик, он будет пинать других детей». Детям необходимо предоставлять как можно больше возможностей разряжать накопившуюся энергию.

Очень активным и склонным к агрессии детям следует создать условия, позволяющие им удовлетворить потребность в движении, а также заняться интересующим их делом. Например, можно предложить им занятия в спортивных секциях, участие в соревнованиях или в постановке спектаклей, организовывать для них разные игры, длительные прогулки или походы.

Задача взрослых в том, чтобы научить детей правильно направлять, проявлять свои чувства. Бывает, что очень вспыльчивый ребенок старается сдерживаться на людях (например, в школе), но дома он срывается: устраивает истерики, скандалит, грубит родным, дерется с братьями и сестрами. Такое проявление агрессии не приносит ему желаемого облегчения. Он недоволен случившимся и чувствует себя виноватым. Из-за этого напряжение увеличивается еще больше, и следующий срыв бывает более бурным и продолжительным.

Таким детям необходимо предложить социально приемлемые методы для выражения подавленного гнева.

- Пусть ребенок останется один в комнате и выскажет все, что накопилось, в адрес того, кто его разозлил.
- Предложите ему, когда сложно сдержаться, бить ногами и руками специальную подушку, рвать газету, комкать бумагу, пинать консервную банку или мяч, бегать вокруг дома, писать все слова, которые хочется высказать в гневе.
- Дайте ребенку совет: в момент раздражения, прежде чем что-то сказать или сделать, несколько раз глубоко вдохнуть или сосчитать до десяти.
- Это помогает успокоиться. Также можно послушать музыку, громко попеть или покричать под нее.



• Можно попросить ребенка нарисовать чувство гнева. Тогда агрессия найдет выход в творчестве.

Родители могут научиться управлять поведением своих агрессивных детей, для этого следует:

- обратить особое внимание на игры ребенка. В играх дети осуществляют свои мечты, фантазии и страхи;
- обсуждать с ребенком, на кого он хочет быть похож, какие качества характера его привлекают, а какие отталкивают;
- следить за тем, какой пример вы подаете ребенку. Если ребенок судит других людей, награждает их «ярлыками», возможно, он повторяет ваши слова;
- быть готовым внимательно выслушать ребенка, если он хочет рассказать вам свой сон. Во сне дети часто видят то, чего им не хватает в жизни. Особое внимание обращайтесь на повторяющиеся сюжеты сновидений;
- поощрять ребенка говорить о том, что его волнует, что он переживает; научить ребенка прямо говорить о своих чувствах, о том, что ему нравится, а что нет.

Современным родителям очень сложно выдержать соперничество со средствами массовой информации (особенно с телевидением), оказывая воздействие на социальное развитие своих детей. Согласно исследованиям американских социологов, в массовой культуре США проявление агрессии и жестокости часто оценивается высоко и преподносится как средство достижения целей. В телепередачах, которые являются для ребенка мощным источником информации, физическое насилие показывают в среднем пять-шесть раз в час. Агрессия телевизионных и компьютерных героев часто награждается, а положительные персонажи бывают так же агрессивны, как преступники. В нашей стране ситуация с пропагандой агрессивного поведения не сильно отличается от американской. Психологи считают, что телевизионное насилие особенно увеличивает вероятность агрессивных реакций у тех, кто и так склонен к агрессии.

Не надо пытаться полностью оградить ребенка от отрицательных переживаний. В повседневной жизни избежать гнева, обид или столкновения с жестокостью невозможно. Важно научить детей противостоять агрессорам, не уподобляясь им.

Ребенок должен уметь сказать «нет», не поддаваться на провокации окружающих, с юмором относиться к неудачам и знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться с ними самостоятельно.

Однако если родители любят смотреть фильмы ужасов и боевики — ребенок тоже их полюбит. А если бить собаку на глазах у ребенка, нечего удивляться, что через некоторое время он начнет мучить животных, а потом и людей. Дети максималисты, и, получив урок цинизма в детстве, повзрослев, они не станут задумываться о том, что чувствует их жертва.

Только личным примером, развивая у ребенка сочувствие, сопереживание, стремление помогать тем, кто слабее, противостоять волне агрессии, захлестывающей детей с экранов телевизоров, мониторов компьютеров и страниц популярных газет и журналов.

Глава 13. ЕСЛИ РЕБЕНОК ГОВОРИТ НЕПРАВДУ

ПОЧЕМУ ДЕТИ ЛГУТ?

Наверное, не существует такого человека, который хотя бы раз не сказал неправду или не попытался что-нибудь скрыть. Почему же особенно пугает и возмущает детская ложь?

Как правило, взрослые опасаются, что ложь — это признак порочного характера ребенка, что из маленького обманщика вырастет лишенный нравственных принципов человек. Негодование вызывает и то, что, солгав, ребенок обманул доверие близких. Многие родители теряются, не знают, как дальше строить свои отношения с ребенком, уличенным во лжи, можно ли ему теперь верить, наказывать ли его? Взрослые часто не понимают, что ложь — это свидетельство не моральных, а скорее психологических проблем ребенка. Поэтому, чтобы правильно повести себя в подобной ситуации, родители должны разобраться в причинах, побудивших их сына или дочь солгать.

Причины детской лжи

Мало что вызывает такое негодование родителей и учителей, как лживость ребенка. Чаще всего взрослых волнует вопрос, каким должно быть наказание, чтобы «ребенку неповадно было», и очень немногие задумываются над причинами детской лжи. А ведь только понимание того, почему это происходит, поможет преодолеть возникшее отклонение в поведении ребенка. В большинстве случаев для этого достаточно изменить ситуацию, в которой он находится.

Помните: если ваш ребенок соврал вам, прежде всего необходимо понять, в чем причина!

Маленький ребенок очень уязвим, его детские проблемы кажутся ему ужасными, положение безысходным, а помощи часто ждать неоткуда, так как родители, к сожалению, не желают вникать в его жизненные трудности. Ребенку непонятны законы окружающего мира, который иногда жесток и беспощаден. Кроме того, у него еще недостаточно развито отношение к правде как к нравственной норме. Ему сложно противостоять минутным желаниям, он не задумывается о последствиях.

Нарочитое искажение истины, ложь может появиться тогда, когда ребенок начнет понимать необходимость подчинения определенным правилам, установленным взрослыми. С точки зрения детской психологии лживость начинает развиваться, если у ребенка не сформировалась потребность в правдивом отношении к другим людям. При этом умение лгать требует определенного уровня умственного развития. Говорить неправду целенаправленно может человек, обладающий известной долей интуиции и наблюдательности (чтобы оценить: поверят сказанному или нет?), а также довольно развитым воображением (чтобы придумать то, чего не было на самом деле).

Лживость ребенка может объясняться не только недостаточным развитием нравственного поведения, малым количеством лет, но и плохим воспитанием. Иногда родители сами провоцируют ребенка на ложь, запугивая его, поступая с ним несправедливо, лишая его своей заботы и внимания, подавая ему пример лживого поведения.

Наиболее часто выделяют следующие причины детской лжи и склонности к утайванию:

- стремление избежать неприятных последствий (наказания, неловкости, стыда);
- стремление добыть то, чего иным способом не получишь;
- необходимость защитить от неприятностей кого-то значимого для ребенка;
- желание добиться похвалы или проявления любви, завоевать признание и интерес со стороны окружающих;
- стремление возвыситься над окружающими, доказать (испытать) превосходство над тем, в чьих руках власть, а в крайних случаях — выразить свою враждебность к нему;
- охрана личной жизни, защита своей приватности.



Помните: чаще всего ребенок врет, потому что он еще маленький и беззащитный, а ложь помогает избежать травмирующих ситуаций.

Но в любом случае всех родителей интересует вопрос: что делать, если ребенок говорит неправду, как себя вести? Прежде всего следует различать чрезмерную склонность ребенка к фантазированию и введение им окружающих в заблуждение с корыстной целью.

«Полет фантазии» или намеренное введение в заблуждение

Многие психологи отмечают, что каждый ребенок на определенном этапе развития (чаще всего указывают на средний дошкольный возраст — 4–5 лет) проходит через стадию так называемой «фантазийной лжи», когда дети бывают так сильно захвачены яркостью своих фантазий, что сами верят в реальность придуманного (редко бывает, чтобы ребенок начинал что-то придумывать, не достигнув 3,5 или 4 лет). Особенно часто это происходит в возрасте 5–6 лет. Ребенок придумывает сказки и при-

ключения, участником которых становится он сам, а иногда и знакомые ему люди. Ему так хочется верить в реальность волшебства, что он «с пеной у рта» готов доказывать нам, будто в лесу видел избушку Бабы Яги, под шкафом живет злобный домовый, а соседский кот умеет разговаривать. Вспомните, как переживает ребенок за персонажей сказок, как по-настоящему пугается всякой нечисти, а вы этим испугом охотно пользуетесь в воспитательных целях («Не будешь слушаться, отдам тебя Бармалею!»). В таком «полете воображения» ничего страшного нет. Но если ребенок и в старшем возрасте не может (или уже не хочет) отделить реальность от вымысла, — это повод для серьезного беспокойства, а если такое происходит с подростком, то следует обязательно обратиться за консультацией к психологу.



Причины подобного ухода в мир собственных фантазий кроются в серьезной неудовлетворенности ребенка своей жизнью. Чаще всего такой ребенок страдает от недостатка внимания или любви со стороны родителей, он испытывает трудности в общении со сверстниками. Но, создав собственный мир, в котором он любим и успешен, он окончательно замыкается в себе. Поэтому бегство ребенка от действительности, как правило, требует вмешательства взрослых.

Большинство же детей с помощью лжи стараются разрешить какую-либо неблагоприятную ситуацию. Чаще всего таким образом ребенок пытается:

- 1) избежать неприятных для себя последствий;
- 2) добыть то, чего иным способом получить не может или не умеет (обычно это внимание и интерес окружающих);

3) получить власть над окружающими (иногда отомстить им);

4) защитить что-то или кого-то значимого для себя (в том числе и право на свою личную жизнь).

Рассмотрим каждую причину использования ребенком лжи более подробно.

Боязнь неприятных последствий

Это самая распространенная причина лжи. Наиболее часто говорят неправду по этой причине маленькие дети, хотя и подростки, и взрослые также прибегают к помощи лжи, чтобы избежать неприятностей. Но в отличие от них малыш еще не понимает, что совершает аморальный поступок. В своем поведении он руководствуется сиюминутными желаниями, а не далеко идущими планами (как это делают дети постарше или взрослые). Он не может извлечь из своей лжи большую выгоду, потому что скорее всего будет сразу разоблачен (так как врет неумело). Да он и не думает о выгоде, просто боится неприятностей столь сильно, что пытается защитить себя любым способом. Ложь как защита чаще всего встречается в семьях, где ребенка наказывают за малейший проступок и наказание по своей суровости несоизмеримо с тяжестью содеянного.



ВНИМАНИЕ! Не слишком ли жестоко вы наказываете своих детей, всегда ли справедливы по отношению к ним? Не заставляете ли вы тем самым ребенка защищаться?

Кстати, осознанно использовать ложь в качестве защиты ребенок учится именно у взрослых (в первую очередь у своих родителей). Именно близкие подают ему пример так называемой невинной лжи, цель которой защитить себя от неприятных последствий. Папа, забывший либо поленившийся выполнить какое-нибудь поручение, желая избежать объяснений с женой или ребенком, бодро сообщает, что не успел или плохо себя чувствовал. Мама хвалит новую прическу или костюм начальницы, а дома за ужином удивляется, как это все ей не идет (но надо было сделать комплимент, что-

бы быть у начальства на хорошем счету). Дедушка смотрит интересную телепередачу и поэтому просит говорить всем звонящим, что его нет дома. Бабушка жалуется знакомым, что вся семья болеет и поэтому они не придут в гости, хотя на самом деле им просто не хочется общаться с этими людьми. И так далее и тому подобное. Слегка приврав, немного исказив факты, мы стремимся избежать неприятных объяснений, выйти из затруднительного положения и вообще облегчить себе жизнь. Наши дети все это видят и «мотают на ус».

Попытка добыть то, чего иначе не получить

К этой причине относится и стремление повысить свой статус. Необходимость врать ребенок испытывает из-за чувства ревности или соперничества, потребности в большем внимании и одобрении. Если родители слишком требовательны к ребенку, если ему все время дают понять, что он не оправдывает ожиданий, то он начинает чувствовать себя неудачником, нелюбимым, отверженным и пытается привлечь к себе внимание, повысить свою значимость всеми возможными способами, в том числе и ложью. Также ребенок вполне справедливо полагает, что каждая новая информация о его ошибках и неудачах делает его личность в глазах окружающих все менее и менее привлекательной. С помощью вранья и утаивания он надеется если не улучшить, то хотя бы не испортить окончательно впечатление о себе. Всеми осуждаемые хвастунишки — это обычно непопулярные среди сверстников дети или дети с какими-то изъянами в развитии. Не находя в реальном мире того, что может повысить их ценность, они придумывают нечто, способное произвести на окружающих выгодное впечатление. Отверженный ребенок способен придумать что угодно, лишь бы привлечь к себе внимание. Он хвастается несуществующими родственниками, обладающими чем-то, что считается очень престижным в данной компании. Это может быть, например, какая-нибудь шикарная машина или редкая порода собаки. Ребенок рассказывает, как здорово было прокатиться на этой «супермашине» или как его любит эта «суперсобака». Часто дети придумывают свое родство с каким-нибудь известным человеком. Но в большинстве случаев требуются доказательства, и ребенок начинает «выкручиваться», ему приходится врать все больше, и в конце концов он запутывается окончательно. А когда все раскрывается, он делается еще менее привлекательным для окружающих.

Как-то одна мама во время консультации с удивлением рассказала, что ее сынтретьеклассник, недавно переведенный в нашу школу, уже целую неделю носит в класс фотографии, сделанные папой во время заграничных командировок. Он сказал, что взял их, чтобы показать ребятам. Мама не понимала, почему ребят могут интересовать эти снимки. Надо сказать, что я давно наблюдала за этим классом, и у меня сложилось впечатление, что с некоторых пор значимыми для ребят стали не личные качества и достижения сверстников, а их «крутость» (это слово они сами употребляли, отвечая на мой вопрос о качествах идеального друга). Под «крутостью» подразумевалось наличие у родителей машины-иномарки, регулярное посещение «Макдоналдса», обладание дорогими игрушками и вещами, а также поездки во время каникул за границу. Только тому, кто мог похвастать хоть чем-нибудь из этого списка, удавалось почувствовать себя своим в классе. Мальчик, о котором я рассказываю, очень хотел быть принятым в новый коллектив, но, видимо, ничем таким похвастаться не мог, поэтому он и принес в школу папины фотографии, рассказав, будто бы он сам побывал за границей вместе с



ним.

Ругать детей в данном случае бесполезно, все воспитательные мероприятия необходимо направить на разъяснение, что личные качества человека гораздо важнее и значимее достатка его родителей. Можно провести с ребятами тематические беседы, обсуждение литературных произведений на эту тему, сделать так, чтобы ребята оказались в ситуации, когда успех будет зависеть именно от их личных качеств, а не от богатства их родителей (например, поставить спектакль, устроить спортивные соревнования, пойти в поход).

Дети, которых родители считают неудачниками, учатся скрывать свои промахи и ошибки или приукрашивают информацию о себе. Ребенок теряет дневник с плохими оценками или рассказывает, как хорошо он сделал доклад, как его хвалили. На самом же деле все это было с его одноклассником. Постепенно такой ребенок переселяется в выдуманный мир, где он удачлив и всеми любим.

Конечно, умение подать информацию в выгодном для себя свете, в общем-то, полезно (например, в будущем оно пригодится при приеме на работу), но постоянное приписывание себе чужих заслуг и несуществующих достижений мешает развитию личности ребенка и может привести к серьезным нарушениям психики.

Напомню рассказ В. Драгунского «Третье место в стиле баттерфляй», который является хорошей иллюстрацией к сказанному. Дениска приходит домой из бассейна и рассказывает, что занял третье место на соревнованиях по плаванию в стиле баттерфляй. Папа очень радуется и поздравляет его. Потом начинает расспрашивать, кто занял первое и второе место, и выясняется, что мест было всего три — первое и второе

призовые, а третье — для всех остальных участников. Папа разочарован: оказывается, его сын не такой хороший спортсмен, как хотелось бы.



ВНИМАНИЕ! Часто именно своими повышенными требованиями и последующим разочарованием, если наши надежды и ожидания не оправдываются, мы подталкиваем детей к сокрытию и подтасовке фактов как к способу сохранить наше уважение.

Ребенок должен быть уверен в нашей любви и поддержке, даже если у него не все получается, если он допустил ошибку и тем более если ему не везет с компанией. Мы же должны помочь ему найти таких друзей, которые ценили бы его реальные достоинства (сообщить ребенку об их существовании — это тоже наша задача).

Детский психолог Алан Фромм в своей книге «Азбука для родителей» пишет, что чем лучше ребенок будет чувствовать себя в обществе своих родителей, тем лучшее представление у него сложится о себе самом и тем реже у него будет возникать потребность скрывать правду.

Стремление получить власть над окружающими

Эта причина также проявляется тогда, когда честность не стала качеством, повышающим значимость ребенка в глазах других людей. Но если в предыдущей главе мы говорили о том, что дети с помощью лжи пытаются создать о себе выгодное впечатление, привлечь к себе внимание, то в обсуждаемом случае ложь — это средство почувствовать свою власть над окружающими или отомстить им.

Можно понять, что ребенок, «загнанный в угол» постоянными неудачами, равнодушием, пренебрежением и агрессивностью окружающих, со временем сам становится агрессивным. Он начинает лгать, чтобы дать выход своей враждебности, а не из

страха наказания. А. Фромм отмечает, что такие дети прекрасно знают, что ложь раздражает взрослых и говорить неправду так же скверно, как непристойно выражаться, но они именно этого и добиваются — хотят рассердить родителей, даже если им придется перенести наказание.

Ложь для детей — это еще и способ доказать самим себе и окружающим свою независимость. В первую очередь дети пытаются эмансипироваться от родителей. Это, по их мнению, может повысить их статус среди сверстников. Иногда они даже соревнуются друг с другом, хвастаясь, кто сумел больше наврать своим родителям. Бывает, ребенок испытывает такой восторг от удачного обмана, что стремится поделиться своим достижением и с обманутым, поэтому сам признается. Тем не менее успешность лжи укрепляет в ребенке уверенность, что это лучшая из возможностей восторжествовать над обидчиками.



ВНИМАНИЕ! Если ваш ребенок использует ложь не как средство защиты, а как средство нападения, значит, ситуация вышла из-под контроля. Если вы не уверены, что сможете самостоятельно исправить положение, то обратитесь за помощью к психологу.

Этот случай самый трудный, потому что необходимо кардинальным образом менять всю систему отношений, в которой находится ребенок.

Защита чего-то или кого-то значимого для ребенка

Даже маленький ребенок имеет право на секреты. Наиболее непримиримыми являются подростки, они требуют права на личную жизнь, на хранение чужих тайн. Взрослые сами часто провоцируют детей на ложь, осуществляя слишком жесткий контроль, ожидая слишком подробного отчета об их жизни, требуя рассказать нечто об их друзьях, например, выдать нарушителя дисциплины в классе или сказать, где и с кем гуляла вчера Таня («Вы же подруги!»). Мы говорим детям о том, как здорово делать другим сюрпризы, но своим постоянным контролем не даем им ничего предпринять. Мы восхищаемся чувством товарищества гимназистов, но сами можем потребовать исчерпывающей информации о жизни друзей наших детей. Мы критикуем пра-

вительство за ущемление наших прав и свобод, а сами подслушиваем и подсматриваем за своими детьми. Все это вызывает у них справедливое негодование, и чем старше они становятся, тем меньше нам доверяют.

ВНИМАНИЕ! Взрослые имеют право скрывать что-либо от детей, но и дети, независимо от возраста, нуждаются в собственных тайнах.

Чем с большей назойливостью мы интересуемся личной жизнью наших детей, тем больше они вынуждены утаивать и лгать.

Естественно, чаще всего наше «любопытство» вызвано исключительно беспокойством за детей. Но даже в этом случае необходимо проявить такт и терпение. Если ваши отношения с ребенком построены на взаимном доверии, если ребенок знает, что вы уважаете его право на личную жизнь и всегда готовы прийти ему на помощь, то он будет откровенен с вами. В непростой для себя ситуации ребенок обязательно обратится к тому, кто проявляет искренний интерес к нему и его проблемам. Хорошо, если это будут родители, а не сомнительные друзья из дворовой компании.

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

Проанализировав причины детской лжи, нетрудно увидеть, что ложь является результатом неблагоприятных отношений ребенка с окружающим его миром.

Конечно, иногда дети используют обман не только для того, чтобы защитить себя или кого-то еще, почувствовать свою силу, приукрасить собственные достоинства, возвыситься над окружающими (особенно взрослыми), но и чтобы повеселить их. Наверное, это самый невинный и безопасный вид обмана, потому что цели, преследуемые ребенком, не корыстны. Такой обман чаще всего встречается у детей с буйной фантазией. В таких случаях вымысел столь очевиден, что это понимают и ребенок, и взрослый, но подыгрывают друг другу. Но все-таки чаще всего ложь — это реакция ребенка на травмирующие обстоятельства.

Помните: ложь — это всегда сигнал о том, что у ребенка есть проблемы.

Как же вести себя родителям с уличенным во лжи ребенком? Большинство психологов склоняются к мнению, что самое эффективное средство борьбы с детской ложью — это построение доверительных отношений в семье, основанных на взаимном уважении. Но это, так сказать, профилактика, а как быть с уже совравшим ребенком? Первое, что необходимо сделать, — это, как мы уже говорили, задуматься о причинах такого его поведения. Затем, естественно, надо постараться устранить то, что побуждает ребенка ко лжи. А все это можно сделать только в тесном контакте с ним. Психологи рекомендуют начать с разговора «по душам». Он полезен и в ситуации, когда вы только подозреваете, что ребенок вам соврал, и когда у вас есть все доказательства его лжи.

Алан Фромм рекомендует сказать ребенку следующее: «Расскажи мне точно, как это произошло. Только ничего не скрывай от меня, так как я не собираюсь наказывать тебя, даже если ты в чем-то виноват.

Я постараюсь объяснить тебе, почему ты поступил плохо, но не стану наказывать».

Ни в коем случае не начинайте разговор с обвинений и угроз. Если поступок ребенка вывел вас из равновесия, то сначала придите в себя, остыньте и только потом приступайте к обсуждению случившегося. В редких случаях требуется ваша немедленная реакция, обычно разговор можно отложить до того, как все эмоции улягутся. Начав с агрессивных обвинений в адрес ребенка, мы рискуем лишь усилить его потребность лгать. Он почувствует себя менее уверенно и будет еще сильнее стремиться



избежать упреков и наказаний или стараться заслужить похвалу с помощью лжи. Из-за грубого обращения ребенок может почувствовать по отношению к вам враждебность, а это чувство отнюдь не способствует установлению доверительных отношений.

Никогда не занимайтесь воспитанием «под горячую руку»!

Ничто так не ранит детскую душу, как несправедливость. В моем детстве был показательный случай. Стоя перед кассой в магазине, я выронила из кошелька пять копеек (в то время это одна поездка на метро, а если добавить еще столько же — порция мороженого). Пятачок закатился под кассу, и кассирша его подняла. Я попросила ее вернуть мне мой пятак, на что она ответила, что пять копеек выпали у нее из кассы. Я пыталась что-то объяснить, показывала порванный кошелек, считала оставшиеся деньги, но все было бесполезно. Кассирша просто сказала; «Зачем ты врешь, это мои деньги». Этой фразы было достаточно для того, чтобы дома я разрыдалась и долго не могла успокоиться. Мне было не столько жалко денег (солидной для меня суммы), сколько обидно, что меня несправедливо обвинили во лжи. Не помню, как меня успокаивала мама, кажется, она объясняла, что среди взрослых встречаются нечестные люди, но обида мне запомнилась, как видно, надолго.

Помните: сколь очевидной ни казалась бы вина ребенка, всегда остается вероятность несправедливого обвинения.

Американский психолог Пол Экман, автор книги «Почему дети лгут?», рекомендует заранее договориться с ребенком о взаимном доверительном отношении: «В наших отношениях нет ничего важнее, чем доверие. Если ты сделаешь что-то такое, что мне наверняка не понравится, не бойся сказать мне об этом. Можешь лишний раз напомнить мне, что не надо слишком сердиться. Ты, конечно, можешь попытаться скрыть

свой поступок, но я буду просто горд тобой, если ты найдешь в себе смелость сказать правду».

Надеюсь, излишне напоминать, что данное ребенку обещание необходимо сдерживать, каким бы ужасным, на ваш взгляд, ни был его поступок.

Из всех воспитательных мероприятий по развитию честности и порядочности самое действенное — личный пример. Родители должны быть честны даже в мелочах.

Также необходимо подготовить ребенка к тому что вне семьи он может встретиться с неискренностью и ложью. Подобный опыт в первый раз воспринимается ребенком очень болезненно. Обмануть его могут не только сверстники, но и взрослые, а это ему труднее понять, так как он привык им доверять. Вспомните рассказ В. Драгунского «Старый мореход», в котором знакомая Денискиных родителей сначала пообещала маленькому Дениске, что возьмет его с собой на дачу, а затем — что подарит ему настоящую саблю. Ничего из обещанного она, конечно, не исполнила. Но как ждал ее Дениска, как недоумевал, почему она не приходит, и как сложно было родителям объяснить ему происходящее. Следует в доверительной беседе объяснить ребенку, что среди людей, к сожалению, часто встречаются и безответственные, и неискренние. Обсудите с ним причины людской лжи, научите остерегаться таких людей. В будущем эти уроки помогут ему не стать жертвой мошенников.

Разбирайте с ребенком ситуации из жизни или примеры из книг, когда использование лжи не приносило людям ничего хорошего, анализируйте причины, побудившие человека сказать неправду. Особое внимание ребенка обратите на возможность обходиться в затруднительных ситуациях без помощи лжи. Например, для маленьких детей очень показательным является рассказ В. Драгунского «Тайное становится явным»,

Дениска терпеть не мог манную кашу. Чтобы заслужить обещанную прогулку в Кремль, он вылил кашу в окно, а маме сказал, что съел ее. Но через некоторое время к ним домой пришли милиционер и облитый кашей гражданин, и Денискин обман раскрылся. Обсудите с ребенком описанные события. Не надо много морализировать на эту тему, Дети рационалисты, им необходимо показать на конкретных примерах, как надо себя вести, и почему, и что будет в противном случае. Расскажите ребенку известную притчу про мальчика-пастуха, дважды поднявшего ложную тревогу. Односельчане перестали ему доверять, и, когда на него действительно напали волки, на помощь никто не пришел. Она наглядно демонстрирует, чего может стоить обманутое доверие окружающих,

В своем общении с ребенком старайтесь объяснять ему как можно больше из происходящего вокруг, пояснять мотивы поступков окружающих и своих собственных. Если вам не удалось выполнить то, что вы обещали ребенку, обязательно извинитесь перед ним, рассказав о причинах случившегося.

Обманув доверие ребенка, мы не только можем лишиться его откровенности, но и рискуем спровоцировать его на лживое поведение. Он может захотеть отплатить нам той же монетой.

Покажите пример ироничного отношения к некоторым неудачам и происшествиям. Это научит ребенка находить выход из затруднительной ситуации без помощи лжи, но с помощью юмора. В книге Сецуко Ханиих (японские сказки) «Бонза и маленький послушник» я обнаружила очень забавный способ признаваться в содеян-

ном. (Бонза — буддийский монах, а послушник — его маленький ученик. Обычно в учение отдавали мальчиков, достигших семи лет.)

ФАРФОРОВЫЙ КУВШИН

Однажды бонзу позвали в деревню, и послушник остался один. Он подвязал рукава, чтобы не мешали, повязал голову полотенцем и принялся за уборку. Во время уборки он нечаянно задел рукой фарфоровый кувшин — кувшин упал и разбился. Бонзе очень нравился этот кувшин, и он берег его.

«Вот беда! — подумал послушник. — Как тут быть?» Но ничего не поделаешь. Задумался послушник, как ему извиниться перед бонзой.

Вскоре вернулся бонза. Послушник вежливо встретил его у входа и проводил в покой.

— Учитель! Давайте учить святые законы.

Надо сказать, что все учение святых законов состояло в том, что кто-нибудь начинал из буддийского святого писания фразу, а другой должен был ее закончить. Обычно послушник очень неохотно занимался святыми законами, даже если ему и напоминали об этом, а сегодня вдруг сам вспомнил! Бота, обрадовался и сказал:

— Что ж, я готов. Ну, начинай.

И вот послушник начал торжественным голосом:

— Все погибшее...

— ...не вернется! — закончил назидательно бонза. Тут послушник добавил еще более торжественно:

— И этот кувшин тоже!

С этими словами он положил перед бонзой осколки кувшина. Бонза не выдержал и рассмеялся. Говорят, он даже не рассердился на послушника и простил его.

Я думаю, что комментарии здесь не нужны.

Кстати, необычное поведение вашего ребенка может служить сигналом: он что-то натворил. Но не спешите проверять свои подозрения и не допытывайтесь, что случилось. Возможно, ребенок сам ищет подходящий момент, чтобы все вам рассказать. Не форсируйте

События, а лучше постарайтесь ему помочь, расположите его к откровенности.

Помните, что ребенок приукрашивает свои успехи, скрывает свои промахи, когда чувствует себя неуверенно.

Если дети будут уверены в нашей любви и в нашем добром отношении, у них окажется меньше поводов говорить неправду. Будьте внимательны к своим детям, вникайте в их проблемы, интересуйтесь их жизнью, чтобы они не чувствовали себя заброшенными. Иногда достаточно просто выслушать ребенка, и он поймет, что не одинок, что всегда может рассчитывать на ваше внимание и помощь.

НЕПРИЯТНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

«Если сейчас он нам врет, что с ним будет потом, кем он вырастет?!» Родители, с тревогой задающие подобный вопрос, столкнувшись с ложью, чаще всего испытывают жгучее желание сейчас же наказать совравшее чадо, да так, чтобы на всю жизнь запомнилось. Именно их приходится предостерегать от немедленной расправы, объяснять, что сперва надо «остыть» и подумать. Но существует и другая крайность. Спавшие в нее родители теряются, столкнувшись с детской ложью. Надеясь, что все само как-нибудь устроится, они не придают значения происшедшему, делая вид, что ничего из ряда вон выходящего не случилось. Такое поведение — скорее всего результат ощущения собственной беспомощности. Для ребенка же одинаково вредны как родительская агрессия, так и родительское бездействие, особенно если вспомнить, что в большинстве случаев детская ложь — это сигнал тревоги.



Помните: ситуации детской лжи нельзя «пускать на самотек».

Последствия родительского равнодушия могут быть очень серьезными, вплоть до развития у ребенка асоциальных черт характера. Психолог Л. Б. Филонов на примере людей, осужденных за преступления, связанные с мошенничеством, аферами, обманом и другими формами лжи, выделил факторы, повлиявшие на появление и развитие лживости. Анализируя жизненный путь этих людей, он пришел к выводу, что на раннем этапе развития индивида не может быть и речи о лжи как о намеренном введении в заблуждение. Грани между выдумкой, добавлением от себя и преувеличением обычно стерты, фантазии и вымысел переплетаются. До трех лет не существует различия между детьми, «у которых впоследствии развивается или не развивается качество лживости», оно наблюдается только в 4–5 лет. Сознательное использование лжи и умалчивание появляются, когда ребенок боится наказания за проступки и за



испытываемые чувства. Он видит, что откровенность и честность не всегда являются тем желаемым поведением, которое проповедуется взрослыми.

Вначале утаивание вызывается боязнью наказания, затем вырабатываются особые механизмы управления высказыванием — умение не проговариваться, способность хитрить, а постепенно у часто лгущего ребенка появляется положительное отношение к обману, который расценивается им как проявление ума и ловкости. Свою ложь он начинает считать «военной хитростью», а по сути ложь из средства сокрытия превращается в средство добывания желаемых благ. Самый опасный вид лжи — заведомое введение в заблуждение ради получения выгоды. У ребенка, накопившего опыт удачных обманов и сокрытия истины, возникает стремление оправдать свое поведение и намерение «отточить» навык лжи. Такой ребенок подводит под ложь «философскую базу»: может быть, все те, которые говорят, что они правдивы, на самом деле просто умеют хорошо врать? К ситуациям оправдания относится и попытка доказать, что все люди лгут и что это закономерное и нужное поведение. Иногда искусный лжец высокомерно заявляет, что осуждает тех, кто говорит неправду. Появившаяся в раннем детстве порочная черта личности сначала не проявляется без особой необходимости, но постепенно индивид привыкает применять ее в экстренных случаях. Филонов делает вывод, что в завершающей стадии развития качества человек уже не дожидается нужных обстоятельств. «Обладая мощной побудительной силой, отрицательное свойство может стать основой для противоправного поведения». Соответствующая оценка окружающих укрепляет у ребенка мнение о себе, он начинает считать себя способным к хитрости, лжи, а постоянное неодобрение людей побуждает сто обратиться к «себе

подобным», к той среде, где отрицательные качества, наоборот, приветствуются и где он чувствует себя относительно благополучно. Ребенок осознает прагматические стороны обмана, стремится извлекать из него пользу. Это свидетельствует о стойкой деформации личности, результатом чего становится асоциальное поведение.

Все это происходит в том случае, если вовремя не обратить на ребенка внимание, не попытаться изменить ситуацию, в которой он развивается (семейные отношения или отношения со сверстниками), если на его поступки реагировать только наказаниями, если своим отношением закрепить за ребенком репутацию лжеца.

Итак, вы разобрались в причинах, побудивших ребенка солгать, вы попытались решить возникшие проблемы, чтобы полностью исключить ложь из ваших отношений. Но возможно ли вообще обойтись в жизни без лжи? Давайте задумаемся, что же такое ложь? Является ли ложь только проявлением отклоняющегося поведения? Так ли она страшна, как нам кажется?

Практически во всех работах, посвященных проблеме лжи, она определяется как противоположность правдивым, истинным высказываниям, действиям, как отклонение от нормального — нравственного — поведения, как свидетельство недостаточно высокого уровня морального развития человека. Большинство философов и психологов в определениях лжи указывают на ее преднамеренность. Например, П. Экман определяет ложь как «намеренное введение в заблуждение другого человека». Естественно, в таком ракурсе ложь рассматривается как отрицательная черта характера.

Но, занимаясь проблемой лжи, я столкнулась с очень интересной точкой зрения. В некоторых философских и психологических работах последних лет способность к лжи рассматривается как привилегия разумности. Считается, что вся цивилизация построена на обмане, сначала человек научился обманывать животных (приманивать их), потом появилась техника — средство обмана природы (человек стал способен делать то, чего не мог раньше, пользуясь исключительно своими физическими данными).

Использование лжи для получения выгоды культивируется в литературе. Сколько героев сказок, легенд достигли благополучия с помощью обмана! И это все положительные герои, которым мы сочувствуем, когда читаем книгу или смотрим фильм. Правда, их ложь обычно называется хитростью, но это не меняет сути. Возьмем для примера известный и любимый многими мультфильм «Бременские музыканты». Герои добились своего именно обманом (переодеваниями, разыгрыванием), но ввели в заблуждение они злых разбойников и глупого короля. Такой обман способен вызвать только восхищение у маленьких зрителей. Существует целая книга под названием «Проделки хитрецов» — сборник сказок, притч и рассказов, герои которых ловко обводят вокруг пальца окружающих. Их хитрость не вызывает морального осуждения у читателя — одно удовольствие читать, как ловко они всех дурачат.

В культуре существует множество подобных примеров. Мы любим фокусы, хотя это тоже обман. Множество игр оттачивают искусство обмана (например, большинство карточных, в которых надо уметь сохранять «хорошую мину при плохой игре»), В своем общении мы активно используем так называемую белую ложь. Она позволяет нам скрыть свои истинные чувства, мысли, мнения, хотя и называется это не ложью, а комплиментами и правилами хорошего тона. Благодаря белой лжи мы можем сохранять хорошие отношения с теми, чьи интересы и взгляды не только не совпадают с

нашими, но и практически несовместимы. К мелким, «невинным» обманам также относится множество данных и неисполненных обещаний, клятв, распространяемых слухов и сплетен. Вообще в жизнь современного человека тесно вплетается обман: от приходящего с подарками Деда Мороза до виртуальной реальности.

Особо остро стоит проблема использования лжи во спасение. Многие считают, что в определенных ситуациях безнравственней сказать правду, чем скрыть ее.

Таким образом, ложь становится не только привычной, но и необходимой составляющей человеческой жизни.

Помните: ложь, обман так или иначе необходимо присутствуют в нашей жизни.

Рано или поздно ребенок начнет использовать ложь, самое главное, чтобы она не стала для него единственным способом взаимодействия с окружающим миром. В наших силах не допустить этого.

Глава 14. ЕСЛИ РЕБЕНОК БЕРЕТ ЧУЖИЕ ВЕЩИ

ПОЧЕМУ ОНИ ТАК ПОСТУПАЮТ

Проблема детского воровства недостаточно изучена психологами, материал на эту тему представлен в основном в виде разрозненных статей. Особенно мало информации о такого рода сложностях в поведении благополучных детей, а не малолетних правонарушителей, поставленных на учет в милиции. Столкнувшись в своей практике с несколькими случаями воровства, я стала собирать необходимую психологическую информацию по крупинкам.

Детское воровство относится к так называемым «стыдным» проблемам. Родителям чаще всего неловко говорить на эту тему им нелегко признаться психологу, что их ребенок совершил «ужасный» проступок — украл деньги или какую-то вещь, что воспринимается ими как свидетельство его «неизлечимой» аморальности. «У нас в семье никто никогда ничего подобного не совершал!» — часто слышишь от потрясенных родителей, которым будущее такого ребенка представляется исключительно криминальным. Хотя в большинстве случаев на самом деле все не так страшно.

Попытаемся разобраться в психологических причинах детского воровства. И рассмотрим возможные варианты поведения родителей в той или иной ситуации.

Почему они воруют?

Практически каждый из нас хоть раз в жизни испытал сильное желание присвоить нечто, ему не принадлежащее. Сколько человек не смогли устоять перед искушением и совершили кражу — мы никогда не узнаем. О таких проступках редко рассказывают даже самым близким людям.

Известная американская актриса Николь Кидман в пятилетнем возрасте украла в магазине куклу Барби. Об этой кукле они с сестрой страстно мечтали, и хотя их родители были так богаты, что могли бы купить им весь магазин с куклами, мама Николь — ярая феминистка — была категорически против этих игрушек, считая их появление на рынке оскорбительным для женщин. И Николь ничего не оставалось, как украсть столь желанную куклу. Так об этом рассказывают журналисты. К сожалению, мы не знаем, ни какие чувства испытывала при этом будущая актриса, ни как отреагировали на ее поступок родители, но нам наверняка известно, что, несмотря на этот проступок, она не стала воровкой.

Нравственные нормы человек постигает постепенно, в процессе развития.

Совсем маленький ребенок различает хорошее и плохое только благодаря реакции на его поступки родителей, которые, прежде всего мимикой и интонацией, дают ему понять, какое поведение они поощряют, а какое — нет.

Не случайно наказание имеет смысл применять к ребенку, только когда он способен понять, за что его наказали. Вряд ли кого-нибудь шокирует малыш, пытающийся уйти с прогулки, прихватив чужую игрушку. Маленький ребенок еще не осознает, что такое собственность. Малыш активно исследует окружающую его среду, и весь мир «принадлежит» ему. Чужую игрушку он взял, потому что она ему очень понравилась,

при этом он совершенно забыл о своих собственных игрушках.

Представление о том, что такое «мое» и «чужое», появляется у ребенка после трех лет, когда у него начинает развиваться самосознание. Никому и в голову не придет называть вором двух-трехлетнего малыша. Присвоенную вещь у него отберут, а самого мягко пожурят, указывая на то, что «это игрушка Петенькина, не надо ее без спросу брать». Но чем старше ребенок, тем вероятнее, что подобный его поступок будет расценен как попытка присвоить чужое, иными словами, как «кража». Возраст ребенка является в такой ситуации неоспоримым доказательством осознанности совершаемого, хотя это и не всегда верно (психологам известны случаи, когда дети семи-восми лет не осознавали, что, присваивая себе чью-то вещь, они нарушают общепринятые нормы, а также — когда пятилетние дети, совершая кражу, прекрасно понимали, что делают плохо). Можно ли, например, считать воришкой пятилетнего малыша, который, испытывая огромную симпатию к своей сверстнице, подарил ей все мамины золотые украшения? Мальчик считал, что эти украшения так же принадлежат ему, как и его маме.



Часто в таком асоциальном поведении ребенка виноваты сами родители, не объяснившие ему разницы между понятиями «свое» и «чужое». Совершают подобные проступки и дети со слабо развитой волей, безответственные, не умеющие соперничать и ставить себя на место другого.

В дошкольном возрасте ребенок примеривает на себя различные социальные роли, в том числе и роли отрицательных героев, копируя их поведение в играх (благо примеров для подражания предлагается масса: и телевидением, и окружающим миром). Наблюдая реальную и «киношную» жизнь, ребенок может сделать выбор, каким ему быть самому. Нередко аморальное с точки зрения нормального общества поведение не представляется таковым в фильмах; умение стащить нечто, одурочить ко-

го-то возводится в доблесть. Способствует этому и так называемая благая субкультура, все более тесно проникающая в нашу жизнь (песни, звучащие из всех киосков, фильмы, герои различных шоу-программ, анекдотов). Наши дети наблюдают все это с раннего возраста и воспринимают гораздо больше, чем мы можем себе представить.

В младшем школьном возрасте ребенок попадает в ситуацию постоянного оценивания, и не только со стороны взрослых (в первую очередь учителей), но и со стороны одноклассников, чьи оценки постепенно становятся для ребенка более значимыми, нежели обыкновенные школьные, а иногда важнее, чем мнение родителей. Именно в этом возрасте наиболее активно происходит нравственное развитие ребенка, освоение социальных норм, закладывается моральная основа личности. Теперь все зависит от шкалы предлагаемых ценностей. Чтобы завоевать популярность и уважение сверстников, ребенок готов на многое, особенно тот, у которого не все благополучно дома.

Если родители вечно заняты, им нет дела до проблем и интересов ребенка, если они холодно относятся к нему, отвергают его, то ребенок еще активнее будет искать утешения вне семьи, а здесь уж — как повезет, какая компания попадется. Ребенок, не получивший в семье навык доверительного общения, вряд ли попадет в благополучную компанию.

Прежде всего давайте разберемся, почему наши дети совершают «кражи».

Условно можно выделить три причины детского воровства:

1. Недостаток развития воли и нравственных представлений.
2. Серьезная психологическая неудовлетворенность ребенка.
3. Сильное желание владеть понравившейся вещью, вопреки «голосу» совести.

Далее я подробно рассмотрю каждую из выделенных причин.

Ребенок со слабо развитой волей и нравственными нормами

В книге Н.И. Гуткиной «Несколько случаев из практики школьного психолога» приводятся два примера, иллюстрирующих эту причину воровства. В первом случае мальчик-первоклассник взял у одноклассника наручные часы. Мама случайно обнаружила их, когда разбиралась с одеждой сына. На вопрос родителей, откуда у него эта вещь, ребенок ответил, что это подарок одноклассника. И только «припертый к стенке» фактами (что никто не дарил ему эти часы), мальчик признался, что взял их без спросу, а родителям соврал, испугавшись наказания (отец часто в воспитательных целях прибегал к помощи ремня).

Во втором случае второклассник спрятал в свой портфель два чужих сырка, выданных на завтрак. Когда пропажа сырков обнаружилась и свидетели проступка указали на мальчика, он рассказал, что сделал это потому, что его завтрак отобрал у него другой одноклассник.

Оба эти случая похожи тем, что дети испытывают сильное желание получить ту или иную вещь, при этом даже не задумываются о сути и последствиях своего поступка. Н.И. Гуткина называет такое поведение «ситуативным», когда желание обладать предметом оказывается сильнее всех остальных желаний и мыслей. Кроме того, первый мальчик слабо представлял, что такое «собственность» (он легко расставался с принадлежащими ему вещами и так же относился к чужим вещам, видимо не понимая, что значит «чужое»). У второго же мальчика были проблемы с контролем собственного поведения, ему было сложно сосредоточиться на чем-либо надолго. Он почти не мог сознательно управлять своим поведением, каждый раз оказываясь «во власти того или иного предмета, попавшего ему на глаза, а в ситуации, когда у него отня-

ли завтрак, притягательная сила сырка еще более усилилась».



Именно слабое развитие воли и нравственных представлений отличает героев описанных ситуаций и им подобных. Такие дети не задумываются о последствиях своего поведения, они не могут поставить себя на место «жертвы», не представляют ее чувства. Пока их не призовут к ответу, они часто даже не понимают, что совершили нечто предосудительное.

Нередко подобное поведение детей является следствием серьезного пробела в их нравственном воспитании. Ребенку с ранних лет необходимо объяснять, что такое чужая собственность, что без разрешения брать чужое нельзя, говорить о переживаниях человека, утратившего какую-то вещь. Очень полезно разбирать вместе с ребенком различные ситуации, связанные с нарушением или соблюдением моральных норм. Например, моя практика показывает, что на детей 6—7 лет сильное впечатление производит рассказ Н.Носова «Огурцы». Напомню содержание этого рассказа. Мальчик-дошкольник своровал с колхозного поля огурцы за компанию со своим старшим приятелем. Приятель, однако, огурцы домой не понес, так как опасался наказания, а отдал их все мальчику. Мама мальчика очень рассердилась на сына и велела отнести огурцы обратно, что тот после долгих колебаний и сделал. Когда мальчик отдал огурцы сторожу и узнал, что пет ничего страшного в том, что один огурец он съел, ему стало очень хорошо и легко на душе.

Именно на возможность исправить содеянное, на необходимость нести ответственность за свои поступки, на муки совести и на облегчение, испытываемое в результате разрешения ситуации, следует обращать особое внимание ребенка.

Кстати, в этом же рассказе поднимается еще одна проблема. Когда мама велит сыну вернуть огурцы, тот отказывается, боясь, что его застрелит сторож. На что мама говорит, что пусть лучше у нее никакого сына не будет, чем сын-вор. На мой взгляд, такая «шоковая терапия» не всегда эффективна и довольно опасна в случае с эмоционально возбудимыми детьми. Оставляя ребенка один на один с проступком, отрекаясь от него, мы можем только усугубить проблему, вызвав вместо раскаяния отчаяние и желание оставить все как есть или сделать еще хуже.

Разделите с ребенком ответственность, помогите ему исправить положение, а о таких радикальных мерах пусть он узнает из книг и радуется, что его-то родители в беде не бросят.

Подробнее о том, почему с ребенком, совершившим кражу, необходимо «церемониться», мы поговорим в следующей главе.

Психологически неблагополучный ребенок

К этому типу воровства я отношу ситуации, когда ребенок может украсть деньги или некую вещь, принадлежащую его родным или близким друзьям семьи. Чаще всего кражи такого рода совершают подростки и младшие школьники, хотя истоки подобного поведения могут находиться в раннем детстве. Обычно в процессе разговора с родителями выясняется, что, будучи маленьким, ребенок уже совершал кражу. Но тогда с ним «разобрались» домашними средствами (к сожалению, часто очень унижительными для ребенка). И только теперь, поняв, что ситуация выходит из-под контроля, родители решили обратиться за помощью к психологу.

Многoletний опыт работы с детьми, ворующими дома, позволяет утверждать, что воровство — это сигнал об эмоциональном неблагополучии семьи, неудовлетворенности каких-то жизненно важных потребностей ребенка. Одна восьмилетняя девочка прятала и выбрасывала вещи своего младшего брата. Эти кражи она совершала, потому что в семье сыну явно уделялось больше внимания, на него возлагали надежды, а она хоть и училась очень хорошо, но не смогла стать в классе лучшей. Девочка замкнулась в себе, у нее ни с кем в классе не было близких отношений, а единственным другом стала ее ручная крыса, которой она поверяла все свои горести и радости. Причинами ее воровства были родительская холодность по отношению к ней и как следствие этого ревность и желание отомстить любимчику — младшему брату.

К сожалению, особенную тревогу у родителей вызывают только те случаи, когда воровство начинает выходить за пределы семьи. А ведь даже самый первый подобный поступок ребенка — повод задуматься, все ли в порядке, не испытывает ли ребенок в семье дискомфорт. Исследования психолога Э.Х. Давыдовой, проведенные в семьях ворующих детей, показали, что кража — это реакция ребенка на травмирующие его обстоятельства.

Мой собственный опыт работы с ворующими детьми подтверждает, что в их семьях наблюдается эмоциональная холодность между родственниками. Ребенок либо чувствует, что его не любят, либо в раннем детстве пережил развод родителей, и, хотя отношения с отцом могут сохраняться, он наблюдает отчужденность, а иногда и враждебность между родителями.

Э.Х. Давыдова установила, что условием счастья такие дети называют любовь к ним родителей, хорошее отношение к ним в классе, наличие друзей и материального достатка. Например, маленький ребенок, укравший дома деньги и накупивший на них конфет, раздает их другим детям, чтобы таким образом купить их дружбу, благо-



склонность.

Если составлять психологический портрет ворующего ребенка, то прежде всего обращает на себя внимание его доброжелательность по отношению к окружающим и его открытость. Такой ребенок готов очень много и откровенно рассказывать о себе (естественно, о кражах в наших разговорах речь не заходила). Выясняется, какие это неуверенные в себе, уязвимые дети, насколько им необходимы поддержка и эмоциональное принятие со стороны близких. В этом основная беда, ведь своим поведением такие дети, наоборот, все дальше и дальше отталкивают от себя окружающих, настраивают их против себя.

Больше всего родных злит и раздражает, что совершивший проступок ребенок как бы не понимает, что он сделал, отпирается и ведет себя как ни в чем не бывало. Такое его поведение вызывает у взрослых негодование и праведный гнев: украл — покайся, проси прощения, и тогда мы будем пытаться наладить отношения. А ребенок делает вид, будто ничего «страшного» не произошло. В результате между ним и близкими вырастает стена. Родителям он представляется монстром, неспособным к раскаянию.

Такие кражи не имеют своей целью ни обогащение, ни месть, чаще всего ребенок почти не осознает, что он сделал. На гневный вопрос родных: «Зачем ты взял чужое?» — он совершенно искренне отвечает: «Не знаю». Но взрослым надо понять: кража — крик о помощи, попытка ребенка достучаться до них.

В своей статье «Кража» Т.В. Снегирева говорит о том, что именно ребенок, обделенный любовью, лишенный ощущения эмоционального благополучия в семье, от-



вергаемый и не понятый близкими, закопавшимися в своих проблемах, совершает кражу. «Символическим языком воровства, нанося своим близким ущерб в тех наиболее чувствительных точках, где для многих в наши дни концентрируются их «высшие ценности», — материальному благополучию, вещам, воплощающим житейский и духовный комфорт, опредмечивающим разные стороны нашей личности, деньгам, без которых «жить не можем», дети дают нам знать о том, как им плохо и как мы перед ними виноваты».

Воровство может быть способом самоутверждения, что тоже является свидетельством неблагополучия ребенка. Он таким образом хочет обратить на себя внимание, завоевать расположение кого-либо (различными угощениями или красивыми вещами). Ему необходимо почувствовать собственную значимость, а других возможностей у него нет, он не знает других способов. Ребенок, не нашедший поддержки и понимания в семье, может начать воровать и вне семьи.

Приведу в качестве примера два случая краж, совершенных второклассниками в школе. В первом случае мальчик крал «плохо лежавшие» игрушки и деньги. Но он не пользовался ими, а прятал в укромном месте, которое потом было обнаружено учителем. Такое его поведение было похоже на месть, как если бы он хотел наказать окружающих его людей. В процессе психологической работы с ним и его семьей выяснилось, что дома у мальчика не все благополучно. Отношения в семье были холодные, отчужденные, практиковались физические наказания. Ребенок не мог рассчитывать на поддержку в трудной ситуации, даже его успехам радовались формально: соответствует стандартам — и хорошо. Все поощрения сводились к материальным, давались деньги или покупалась какая-либо вещь. Отношения между родителями были напряженными, видимо с частыми конфликтами, взаимными об-

винениями. Старшую сестру (кстати, очень одаренную и способную) ни папа, ни мама не любили, считая ее причиной своей неудачной семейной и профессиональной жизни. Это дала понять мне мама, сказавшая во время одной из бесед: «Если бы не она, я бы не стала жить с этим человеком, а занялась бы интересным делом». Мальчик был также способным, начитанным, наблюдательным. Но в классе он не пользовался популярностью, у него был только один приятель, по отношению к которому мальчик занимал доминирующую позицию: придумывал, чем им заниматься, в играх был главным. Вообще было похоже, что мальчик не умеет общаться на равных, ему не удавалось завести дружеские отношения со сверстниками, не складывались и отношения с учителями. Чувствовалось, что он тянется к людям, ему одиноко, но у него не получается с ними общаться. Его отношения с окружающими были основаны на страхе, подчинении, даже с сестрой они были союзниками в противостоянии родительской холодности, а не любящими родственниками. Кражи дома он совершал, чтобы досадить родителям, а в школе — одноклассникам, чтобы не одному ему было плохо. К сожалению, единственная польза, которую мама этого мальчика усмотрела в беседах с психологом, — то, что консультируют их совершенно бесплатно (хотя семья вполне могла позволить себе и платные консультации).

О другом случае мне рассказала учительница. В ее классе у ребят стали пропадать ручки, пеналы, учебники, и отыскивались они в портфеле мальчика, среди учителей имевшего репутацию хулигана, но популярного среди одноклассников. Самое интересное, что он сам обнаруживал пропавшие вещи у себя в ранце и с неподдельным удивлением сообщал о находке окружающим. На все расспросы он отвечал с искренним недоумением, что не понимает, как эти вещи оказались у него. Учительница не знала, что и подумать. Зачем было этому мальчику воровать у ребят вещи, а потом притворяться удивленным, обнаружив их у себя? Однажды, когда все ребята были на физкультуре, заглянув в пустой класс, учительница увидела следующую картину. Освобожденная от физкультуры девочка собирала с парт разные вещи и прятала их в портфель к этому мальчику. Девочка, самая младшая в классе, поступила в школу как вундеркинд, но с самого начала стала испытывать большие трудности в обучении. Родители заняли позицию, что «учеба не самое главное», и считали, что учителя излишне придирчивы к их дочке. Отношения в классе у девочки тоже не сложились, она претендовала на главные роли, но авторитета у одноклассников не имела, часто ссорилась с ними. Учителей боялась и говорила им, что забыла тетрадку или дневник, когда ей грозила плохая оценка. О мотивах подобного воровства можно только догадываться. Возможно, не имея статуса в классе, девочка пыталась самоутвердиться таким образом. Правду об этих загадочных пропажах знала лишь она, и эта тайна делала ее более значимой в собственных глазах. Кроме того, заодно она мстила тому мальчику, который, несмотря на хромающую дисциплину и проблемы с учителями, был успешен в учебе и в дружбе. «Подставляя» его, она, видимо, надеялась опорочить его в глазах окружающих.

Оба этих случая требуют вмешательства психолога, и работа должна вестись в первую очередь с родителями, поскольку именно им надо признать необходимость изменить отношение к ребенку и поменяться самим. Все, что могли сделать для этих детей учителя и школьные психологи, это, отчаявшись достучаться до родственников, обес-

печить доброжелательное отношение к ним со своей стороны и помочь им подружиться с одноклассниками, повысить их статус.

Первую кражу эмоционально неблагоприятный ребенок может совершить в раннем детстве, когда моральные представления у него еще не сформированы и не развита волевая регуляция поведения. Реакция на такой поступок у родителей обычно одинаковая — ребенка либо сильно отругают, либо просто побьют. Идя по пути осуждения и наказания, взрослые тем самым закрепляют за ребенком репутацию вора. Даже если этот проступок был единственным, родные уже видят на ребенке отпечаток порочности, ожидая, что дальше будет еще хуже, и стоит ребенку оступиться, они почти с облегчением восклицают: «Вот оно, пожалуйста! Мы знали, что так все и будет, чего еще можно от него ожидать?!» Создается впечатление, что его как бы подталкивают к противоправному поведению.

Если вместо поддержки и помощи проявлять агрессию и непонимание, это негативно сказывается на дальнейшем развитии личности ребенка.

В моей практике был такой случай. Мальчик в пятилетнем возрасте утащил у мамы из кошелька деньги (возможно, он считал, что это общие деньги) и купил конфет и жвачки, которыми угощал всех друзей. Кража была «раскрыта», на все расспросы мальчик отвечал, что деньги он нашел. За ложь и за воровство был бит ремнем по рукам с рассказом о том, что в древности вора отрубали руку. (Кстати, такое нравовучение может подвести ребенка к выводу — воруй, да не попадайся.) Эта история имела продолжение в подростковом возрасте. У мальчика появился отчим — деловой человек. И вот из дома стали пропадать довольно большие суммы денег (на одни конфеты столько не потратишь), а как-то исчез ящик газировки (отчим был хозяином магазина и товар часто держал дома). Естественно, все подозрения пали на мальчика, за которым после того детского случая среди родных закрепилась нехорошая репутация, да к тому же однажды он без разрешения взял компьютерные диски отчима, чтобы дать одноклассникам. В том, что брал диски, он признался, а вот от других пропаж всячески отнекивался, особенно его оскорбили обвинения в краже товара. Вся родня и отчим были настроены против мальчика, тут еще у его дяди, который подрабатывал в магазине отчима и часто ночевал у них дома, после одной из таких ночевок пропал кошелек из сумки. Отчим сказал, что жить в одном доме с вором не может, и ушел к своим родственникам. Родные прочили мальчику ужасное будущее, говорили, что он разрушил жизнь семьи. На стороне мальчика была только его мама, но и она сомневалась, насколько ему можно верить. Вскоре выяснилось, что деньги и товар взял вовсе не мальчик, а его дядя, которого подвела жадность. Он сделал все, чтобы отвести от себя подозрения, даже сам себя «обокрал». Но когда ему вновь понадобились деньги, он, уже живя вместе с хозяином у его родных, украл их, не подумав, что свалить на племянника эту кражу уже не удастся. Все раскрылось, справедливость восторжествовала. Но в отношении детской души закон «лучше поздно, чем никогда» не работает. И никто не может сказать, какой невосполнимый ущерб был нанесен личности подростка несправедливыми обвинениями, ситуацией, когда все, кроме мамы (что, правда, уже немало), были настроены против него, когда ему не верили. Иногда даже одного разговора на эту тему достаточно, чтобы зародить в ребенке комплекс неполноценности, который будет отравлять его жизнь.

Ребенок очень хочет иметь эту вещь

Это, пожалуй, самый загадочный тип краж. Истинные причины кражи непонятны ни психологам, ни самим воруящим. О таких кражах иногда никто не знает, пока сам «вор», став уже взрослым, не расскажет об эпизоде своего детства. Такие кражи чаще всего не имеют последствий, они обычно не повторяются. Их отличают некоторые особенности. Во-первых, возраст воруящего может быть различным, подобную кражу способен совершить как дошкольник, так и подросток. Во-вторых, ребенок прекрасно понимает, что поступает нехорошо, но сила искушения так велика, что он не может устоять. В-третьих, у такого ребенка уже достаточно сформированы нравственные представления, поэтому он осознает, что, идя на поводу у своих желаний, наносит вред другому человеку; но находит различные оправдания своему поступку.



Моя бабушка — пример честности и порядочности, рассказала мне следующий случай из своего детства. Когда ей было пять лет, она пришла с родителями в гости к своей крестной. Пока взрослые общались, она играла с хозяйской дочкой, у которой было много красивых игрушек. Больше всего ей понравилась маленькая игрушечная глиняная мисочка, которая была как настоящая. Эта мисочка и породила в душе у пятилетней девочки непреодолимое желание иметь такую игрушку. Понимая, что поступает нехорошо, но, утешая себя мыслью, что у хозяйской дочки много других красивых игрушек и пропажа даже не будет замечена, она положила мисочку в карман платья и унесла домой. Дома эта мисочка стала предметом гордости, сильно выделяясь среди других, «убогих» игрушек. В этой мисочке она с подружками варила куклам суп, а роль керосинки выполняла большая медная гайка. Об этом поступке так никто и не узнал, пока бабушка не рассказала о нем сама

сутья много лет. Больше ничего подобного она не совершала, и, по ее признанию, угрызения совести за тот случай ее не мучили.

Детский писатель В.П. Крапивин в автобиографической повести «Однажды играли» рассказывает о похожем эпизоде из своего детства. В десятилетнем возрасте он стащил из пионерской комнаты мундштук для горна. Горн был в их дворовой компании чем-то вроде военной трубы, но без мундштука сыграть на нем по-настоящему не получалось. Кроме того, «небрежно выложив» добытый мундштук, он поспособствовал бы росту своего авторитета среди ребят. Эти соображения, то, что мундштуков было несколько, и то, что, если бы попросил вожатую дать мундштук, она бы отказала, привели к тому, что «руки сработали сами», а совесть «не царапала». Думаю, больше ничего подобного в жизни он не совершал, это было единственным непреодоленным искушением такого рода.

Герои подобных ситуаций похожи на человека, забравшегося в чужой сад, чтобы съесть немного фруктов, — с кем не бывало? От хозяина не убудет, а мне уж очень хочется. При этом человек не считает, что совершает нечто предосудительное, хотя ему, конечно, было бы очень неловко, если бы его застали «на месте преступления». И скорее всего ему неприятна мысль, что кто-то вот так же может покуситься на его собственность.

Не всегда такого рода поступки остаются безнаказанными. Иногда, случайно попавшись, ребенок может очень серьезно и долго расплачиваться за минутную слабость. Речь идет о «приклеивании ярлыков».

СЕРЬЕЗНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Героиня рассказа Дины Рубиной «Дом за зеленой калиткой» тоже не смогла устоять перед искушением. Восемилетняя девочка брала частные уроки музыки. Обнаружив однажды на подоконнике у учительницы несколько «патрончиков» губной помады, она не удержалась и взяла один, понимая, что брать чужое без спроса нельзя — это значит украсть. Но ей очень нравился «прекрасный» женский профиль, выбитый на крышке «патрона». Кроме того, она оправдывала себя тем, что у учительницы таких штук много (семь или восемь). В следующий раз девочка опять взяла помаду, а на третий раз была поймана с поличным. Учительница ужаснулась, предположив, что девочка больна kleptomaniей, и написала ее маме записку, где сообщала о воровстве и просила возместить материальный ущерб. Девочка очень переживала, хотя мама ее не ругала, она просто удивилась, зачем дочке понадобилась помада.

«Беседы «о вреде воровства» у нас так и не получилось. Кажется, мама все-таки рассказала отцу эту историю, уже не помню, не это главное.

Главным было то, что много лет подряд после этого случая, даже в юности, я продолжала носить в себе страшную тайну своей порочности. И когда при мне кто-нибудь рассказывал, что где-то кого-то обокрали и унесли ценностей на три тысячи, я каждый раз внутренне вздрагивала и думала: «А ведь я тоже... такая...» И боялась, когда меня оставляли одну в чужой квартире хотя бы на минуту. Я боялась, что во мне проснется таинственная графская болезнь *[имеется в виду kleptomanия]*».

Такой страшной силы заряд презрения к себе сообщила мне мягкая ленивая женщина, превосходно игравшая изящную пьесу Бетховена «Элизе».

Думаю, комментарии здесь излишни.

Вспомните мальчика из рассказа «Огурцы», о котором мы уже говорили. Наверное, самым страшным для него был не мамин гнев, не страх перед сторожем и его ру-

жьем, а сознание, что он совершил нечто такое, из-за чего мама его больше не любит. Хорошо хоть мама оставила ему возможность искупить свою вину, иначе воздействия отчаяния и безысходности были бы губительны для детской души. Они бы разрушили уверенность в себе, создали у ребенка чувство собственной порочности. Работать с таким ребенком крайне сложно, и подобная рана может никогда не затянуться. Кстати, сами дети в процессе обсуждения этого рассказа считают, что мама поступила правильно, на ее месте они повели бы себя так же. Такая категоричность свидетельствует о том, что, попав в похожую ситуацию, они будут искренне думать, что не заслуживают более родительской любви.

И воспитатели, и учителя, и родители должны быть очень осторожны, столкнувшись с детским воровством. Сделав этот проступок достоянием общественности, они закрепят за ребенком репутацию вора. Это, естественно, скажется не только на его самооценке, но и на его взаимоотношениях с окружающими.

Н.И. Гугкина пишет, что оставшийся в изоляции ребенок необходимое для себя общение «найдет среди тех детей (чаще старше его), у которых его поступок не вызовет осуждения, а, наоборот, позволит занять определенное положение в их кругу. Чтобы эти новые друзья не отвернулись от него, ему придется жить по их законам. Таким образом, он может стать на путь сознательного воровства».

ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ?

Психологи дают ряд рекомендаций, как вести себя родителям, уличившим ребенка в краже. Будьте предельно осторожны, проявляйте чуткость, помните, что перед вами не вор-рецидивист, а ваш сын или дочь. Пospешив, дав волю своему негодованию, вы можете испортить ребенку жизнь, лишить его права на хорошее отношение окружающих, а тем самым и уверенности в себе. Героиня Д. Рубиной выросла порядочным человеком, но закомплексованным, «заряд презрения к себе», видимо, очень мешал ей жить.

Никогда не обвиняйте ребенка в краже, даже если, кроме него, больше никому. Если ребенок «не пойман за руку», невзирая ни на какие подозрения, помните о презумпции невиновности. Исключение — когда вы застали ребенка на месте преступления, но и в этом случае выбирайте выражения. Дайте ему понять, как вас огорчает то, что произошло, но не навешивайте на него ярлыков. Спокойная беседа, обсуждение ваших чувств, совместный поиск решения проблемы лучше выяснения отношений, «называния вещей своими именами».

Попробуйте вместе найти выход из сложившейся ситуации. Помните это должно быть совместное решение, а не ваш приказ.

Ребенка необходимо научить встать на место другого, он должен уметь сопереживать, задумываться о чувствах окружающих. Необходимо познакомить его с правилом: «Поступай так, как хочешь, чтобы поступали с тобой», объяснив его смысл на примерах из реальной жизни. Вообще, доверительная беседа с ребенком — лучшая профилактика возможных сложностей. Обсудите его проблемы, расскажите о своих. Особенно хорошо будет, если вы поделитесь с ребенком собственными переживаниями, расскажете, какие чувства вы испытывали в подобной ситуации. Ребенок почувствует ваше искреннее желание понять его, дружеское живое участие.

Его активность, которую не к чему приложить, хорошо бы направить «в мирное русло»: выясните, что на самом деле интересует вашего ребенка (занятия спортом, ис-



кусством, собирание какой-либо коллекции, определенные книги, фотографирование и т.д.), чем раньше вы это сделаете, тем лучше. Человек, жизнь которого наполнена интересными для него занятиями, чувствует себя более уверенно. Ему нет нужды привлекать к себе внимание, у него обязательно появится хоть один друг.

Ребенку необходимо нести ответственность за кого-то или что-то в семье — за младшего брата, за наличие в доме свежего хлеба, за домашнее животное, за поливку цветов и непременно, начиная с 7—8 лет, за собственный портфель, стол, комнату и т. д. Постепенно передавайте ему дела, делитесь с ним ответственностью.

Украденную вещь необходимо вернуть владельцу, но необязательно заставлять ребенка это делать самостоятельно, можно пойти вместе с ним. Он должен почувствовать, что каждый человек имеет право на поддержку.

Если вы уверены, что вещь взял ребенок но ему трудно в этом сознаться, подскажите ему, что ее можно незаметно подложить на место. Например, для маленьких детей подойдет следующий ход: «У нас дома, видимо, завелся домовый. Это он утащил то-то. Вот давай поставим ему угощение, он подберет и вернет нам пропажу». Вообще, оставляйте ребенку пути к отступлению. Психолог Ле Шан в книге «Если ребенок сводит вас с ума» советует, обнаружив у ребенка чужую игрушку, которую он стащил у приятеля, но утверждает, что она была ему подарена, сказать ему следующее: «Я могу представить, как сильно тебе хотелось куклу, если ты действительно поверил, что тебе ее подарили».

Причиной воровства может быть не только попытка самоутвердиться или слабая воля, но и пример друзей, так называемое воровство «за компанию». В младшем воз-



расте ребенку часто достаточно объяснить, что он поступает плохо, и оградить от общения с подбивающими его на плохие поступки детьми. В подростковом возрасте все гораздо серьезнее. Ребенок сам выбирает себе друзей, и ваши уверения, что они ему не подходят, могут произвести прямо противоположное действие. Ребенок отдаляется от вас и начнет скрывать, с кем и как он проводит время. Компания наших детей — это особая тема для разговора, но один совет я все-таки дам. Необходимо знать всех друзей своего ребенка, особенно если вы опасаетесь негативного влияния с их стороны. Приглашайте их домой, по возможности познакомьтесь с их родителями. Самое главное, ненавязчиво создайте ребенку приемлемый круг общения, об этом надо позаботиться, пока ребенок еще маленький. Это могут быть дети ваших друзей, его одноклассники, какой-либо клуб, кружок, секция, словом, любое общество, объединяющее людей со схожими интересами и доброжелательно относящихся друг к другу.

Наибольшую тревогу вызывают случаи воровства, выходящие за рамки дома или неоднократно повторяющиеся, а из всех возрастных категорий самый проблемный — подростковый возраст. Когда ребенок часто ворует, это перерастает в дурную привычку. Если ворует подросток — это черта характера.

Ребенок, попавший в ситуацию непонимания, неприятия, может озлобиться, его кражи могут уже иметь совсем иной — криминальный смысл. Сначала это будет попытка отомстить обидчикам, почувствовать свое превосходство над ними, а затем уже может стать способом удовлетворения материальных потребностей.

Детские проблемы на фоне наших взрослых часто выглядят смешными, надуманными, не стоящими внимания, но ребенок так не думает. Для него очень многие ситуации могут казаться безвыходными. Не забывайте об этом и почаще вспоминайте

свое детство и свои детские проблемы.

Ребенок может взять деньги, потому что с него требуют «долг», а ему стыдно в этом признаться, он мог потерять чью-то вещь, а теперь ее надо отдать. Причин может быть множество. Вы скажете: а почему он не пришел и не рассказал все мне? Задумайтесь, легко ли найти у вас сочувствие и помощь, может ли он рассчитывать на ваше внимание и понимание, не боится ли он вас, может быть, вы уже сделали все, чтобы стать последним из тех, к кому он придет со своей бедой?

ПОЧЕМУ ОНИ ВОРУЮТ?

Говоря о проблемах воровства, нельзя не затронуть и вопрос: а что же способно удержать от него ребенка?

В первую очередь напрашивается ответ, что причины или соображения, которые заставляют ребенка воздержаться от кражи, должны быть прямо противоположными тем, что побуждают к ее совершению. Воровать не будут, во-первых, те дети, у которых в достаточной степени развиты воля и нравственные представления. Во-вторых, те, кто умеет сдерживать свои желания. В-третьих, эмоционально благополучные дети.

Очень часто можно услышать мнение, что большинство людей удерживается от правонарушений (в том числе и воровства) только благодаря страху перед неизбежным наказанием. Я предложила учащимся первых и вторых классов ситуацию: «Мальчик Витя с восторгом разглядывал спелые яблоки в соседском саду, но не поддался на уговоры приятеля пойти и нарвать яблочек. Витя видел, как однажды этот приятель был пойман соседом и довольно сурово наказан». После этого я спрашивала ребят, почему их сверстник не пошел воровать яблоки за компанию с приятелем, который его настойчиво звал. 27% опрошенных сказали, что из страха наказания, 39% — потому что сочувствовал тому, кого собирались обворовать, 34% — по моральным соображениям (стыдно, воровать нехорошо и т.д.). Результаты этого небольшого опроса (всего ответили 40 учащихся) показывают, что страх возмездия не является единственной и значимой причиной, удерживающей от совершения кражи уже 7—8-летних детей.

На мой взгляд, тот, кто боится наказания, скорее совершит кражу, нежели тот, кто понимает, что ему это не нужно. Ведь рано или поздно человек может попасть в ситуацию, которая гарантировала бы ему стопроцентную уверенность в собственной безнаказанности, и тогда уже не будет сдерживающих факторов.

В течение жизни нравственные представления человека подвергаются испытаниям на прочность. Взрослый человек говорит: «Я не ворую, потому что мне это не надо». Это его моральный принцип. В любимой мною в детстве сказке «Айболит» попугай Карудо выкрал у Бармалея ключ от темницы, чтобы спасти своих друзей. На мой детский взгляд — поступок, сопряженный с риском и вызывающий восхищение. Став взрослее, мы можем понять и оправдать того, кто совершает кражу от безысходности, ради спасения своих близких (например, от голода). Но ни «шарень» по чужим сумкам и карманам, ни попытки нажиться за чужой счет оправданы нами быть не могут.

Все это надо быть готовыми объяснить своим детям. Но самое важное, какой пример мы подаем им своим поведением.

Имеем ли мы право

Читать нравоучения, требовать честности и порядочности от своих детей — это наше право. Но всегда ли мы имеем его на самом деле? Не слишком ли легко мы, взро-



слы, нарушаем нормы, беспрекословного исполнения которых ждем от ребенка?

Кому-то не кажется зазорным принести с работы пачку бумаги или еще что-нибудь: «Этого добра там много». Кто-то без угрызений совести может «зачитать» библиотечную книгу или книгу своих знакомых: «Нам она нужней, а они вряд ли хватятся». Кому-то не стыдно принести с фуршета домой что-нибудь вкусенькое, а из гостиницы прихватить на память кусок мыла или полотенце. Кто-то может спокойно подарить другому ребенку игрушку своего сына или дочери, даже не спросив их разрешения, оправдывая себя тем, что он зарабатывает на все эти штуки. Правда, забывая при этом, что много раз повторял разбросавшему или испачкавшему игрушки ребенку: «Это твои вещи, ты и носи за них ответственность!» (Интересно, как сильно и долго мы будем ругаться, если ребенок подарит кому-нибудь наши любимые духи или ручку.)

Мы не стесняемся этих поступков и легко можем себя оправдать. Но почему мы не задумываемся, какой пример подаем своим детям? В их глазах мы становимся лицемерами, проповедующими одно, а делающими совсем другое. И совершенно бесполезно после этого пытаться объяснить ребенку, что такое частная собственность и почему брать чужое нехорошо.

Аргументы вроде «все в нашей стране воруют» или «это мелочи» — для них не оправдание. Со временем они или перестанут нас уважать, или последуют нашему примеру, быть может не ограничиваясь «мелочами». Тогда задумываться будет уже поздно.

Конечно, я утрирую, но только чуть-чуть.

Напоследок мне хотелось бы затронуть еще один важный момент, связанный с проблемой детского воровства. Воровство — это такое явление нашей жизни, с которым ребенку рано или поздно придется познакомиться, как бы вы ни старались его оградить от подобных неприятностей. Не пытайтесь делать вид, что этого явления не существует.

В жизни каждый ребенок сталкивается с воровством — либо у него стащат что-нибудь из кармана, либо обсчитают в магазине, либо позовут залезть в соседский сад. И каждый родитель должен быть готов к вопросу: «Почему этого делать нельзя? Почему другие так делают и ничего?»

Став жертвой воришек впервые, ребенок может очень болезненно переживать это. Он будет считать себя виноватым в том, что произошло, ему будет очень неприятно, даже противно (многие обворованные люди говорили о чувстве брезгливости как основной реакции на то, что с ними произошло). Ребенок может даже перестать доверять людям, во всех незнакомцах ему будут мерещиться вору. Он может захотеть отплатить окружающим тем же, и для него это станет своеобразной мстостью.

Объясните ребенку, что плохие люди встречаются везде. (Для меня лично было шоком, когда меня обворовали в Библиотеке им. Ленина. Потом мне сказали, что там это обычное явление.) Обсудите с ребенком проблему воровства, выскажите свое отношение к этому, научите его не только уважать чужую собственность, но и оберегать свое имущество и быть бдительным.

Ребенок должен знать, что не все люди считают чужое неприкосновенным.

И самое главное, помните, что первые и основные уроки нравственности ребенок получает в семье, наблюдая за поведением близких. Поэтому от вас зависит, каким он вырастет.

Глава 15. ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЛЮБИТ ЧИТАТЬ

Чтение все больше утрачивает свою культурную, образовательную роль в обществе, превращаясь в источник получения информации и средство развлечения. Естественно, такое отношение к чтению взрослых формирует соответствующее отношение и у детей. Исследователи отмечают, что за последнее десятилетие в России:

- возросло число детей, читающих только по школьной программе;
- все меньше детей и подростков стало проводить свое свободное время за чтением;
- замедляется вхождение ребенка-дошкольника в книжную культуру;
- по мере взросления интерес к чтению у ребенка ослабевает;
- усиливается воздействие массовой культуры на круг чтения детей и подростков (растет популярность детективов, триллеров, книг по мотивам телесериалов);
- большинство детей и подростков относятся к чтению только как к средству развлечения.

Чтение играет важную роль в формировании и нравственном воспитании личности, обогащении человека знаниями. Благодаря чтению развиваются смысловое восприятие, внимание, память, мышление и воображение ребенка. И поэтому тревога педагогов, психологов и родителей весьма обоснованна: мало и плохо читающие дети отстают в своем интеллектуальном и социальном развитии от сверстников, испытывают трудности в общении.



О том, почему многие дети не любят и не хотят читать, как развить у ребенка читательский интерес и потребность в чтении, мы и поговорим в этой главе. Кроме того,

мы рассмотрим проблемы раннего обучения чтению и пути преодоления трудностей с чтением у детей.

КАК ХОРОШО УМЕТЬ ЧИТАТЬ

Несмотря на то что официально ребенка должны научить читать только в первом классе, в большинстве «продвинутых» школ требуют от поступающих шестилеток если не беглого чтения, то хотя бы умения читать по слогам. При этом на прилавках книжных магазинов появилось огромное количество книг, рассказывающих о разнообразных методиках раннего обучения чтению. В связи с этим перед родителями встает вопрос: с какого возраста и как учить ребенка читать?

Можно много спорить о вреде и пользе раннего чтения, но есть реальные проблемы детского чтения, с которыми сталкиваются сегодня родители, преподаватели и психологи:

1. Ребенок-школьник читает очень медленно, с большим количеством ошибок, никак не может перейти от слогового чтения к чтению словами.
2. Даже бегло и правильно читающий ребенок категорически отказывается читать что-либо сверх школьной программы, он и «лишнюю» строчку не прочтет, если ее не задавали. Многие учащиеся уже с первого класса твердят, что терпеть не могут читать, и называют чтение, а потом и литературу в числе самых нелюбимых предметов.
3. Ребенок не способен пересказать прочитанное, он просто не понимает и не запоминает то, что читает. В погоне за техникой чтения теряют смысл прочитанного как дети, читающие медленно, с ошибками, так и хорошо читающие дети.

Нарушения навыка чтения тесно связаны с проблемами развития устной и письменной речи ребенка, его личностным развитием, с кругом его общения и интересами.

При этом трудности с чтением встречаются у детей из разных социальных слоев. Так, например, очень часто с этой проблемой сталкиваются родители, приложившие массу сил для поступления ребенка в престижную школу.

Специалисты называют две основные причины нелюбви детей к чтению:

- раннее обучение, когда ребенка учат неправильно, отбивая у него всякий интерес к чтению;
- «специфическая задержка развития навыка чтения» — дислексия.

До сих пор нет ответа на вопрос: нужно ли учить читать детей младше трех лет? Большинство психологов и педагогов — сторонников «старой школы» — считают, что такое опережающее развитие только тешит самолюбие родителей, а ребенок ничего, кроме нервно-психического переутомления, не получает.

С одной стороны, постоянное развитие науки и техники требует от людей все большего уровня подготовки. Поэтому раннее обучение ребенка — это не попытка «лишить его радостного детства», а необходимое условие освоения им окружающего мира, в котором господствуют высокие технологии и огромные объемы информации. Но, с другой стороны, увеличивается количество так называемых патогенных факторов (плохая экологическая обстановка, низкий уровень социального и медицинского обеспечения, большой процент хронических заболеваний среди населения детородного возраста, а также стрессы, новые болезни и т.д. и т.п.), что приводит к рождению слабых, болезненных детей, которым необходимо щадящее, компенсаторное и коррекционное обучение, а ни в коем случае не опережающее и перегружающее.

Чаще всего методиками раннего обучения чтению (девиз некоторых из них: «Читать — раньше, чем говорить!») пользуются родители, мечтающие вырастить вундеркинда или стремящиеся подготовить ребенка к поступлению в престижную школу.



В таком случае психологи предупреждают: слишком раннее обучение чтению (до трех лет) может привести к дисгармонии развития ребенка.

Родителям, стоящим перед выбором: учить или не учить ребенка читать в раннем возрасте, необходимо ответить для себя на два вопроса:

1) Достаточно ли они владеют методикой раннего обучения чтению, чтобы не создать своему ребенку проблем в дальнейшем?

Например, наибольшую сложность вызывает развитие у ребенка фонематического слуха. Если ребенка учить неправильно, у него могут возникнуть сложности при обучении в школе. Понятие «готовность ребенка к обучению» наряду с прочими включает и психологический компонент: у ребенка должна быть сформирована позиция ученика. Будущий первоклассник, как правило, хочет учиться, чтобы получать знания. Но если ребенка уже научили считать, писать, бегло читать, ему будет неинтересно учиться и школу он станет воспринимать как повинность.

2) Выдержит ли ребенок предлагаемые ему нагрузки?

Если у ребенка были какие-либо невропатологические проблемы при рождении или в младенчестве, он очень активен или, наоборот, пассивен, то до 5—6 лет лучше ограничиться развивающими играми. Следует понимать, что чтение не рождается автоматически из знания алфавита. И психологи, и педагоги считают, что в этом возрасте ребенка важнее научить связно рассказывать, помочь ему освоить необходимый запас слов.

С другой стороны, детские психологи отмечают, что при условии нормального хода развития речи можно начинать обучать чтению в игровой форме уже четырехлетнего ребенка. Если же ребенок заговорил поздно (после двух с половиной лет), имеет дефекты произношения, бедный словарный запас, строит короткие фразы, вообще не употребляет предлогов, не изменяет слов по падежам — с обучением чтению торопиться не стоит.

Развивающие занятия требуют ежедневности и последовательности. Не стоит начинать самостоятельно обучать ребенка, если вы не можете каждый день выделять время для совместных занятий.

Если же вы приступили к обучению, не ждите от ребенка быстрых успехов, не топчите его, не критикуйте, если у него не все получается сразу, — наберитесь терпения. Развивающие занятия должны быть в радость и вам, и вашему малышу. В противном случае ваши раздражение и недовольство передадутся ребенку, создав у него негативное отношение к обучению в целом и к чтению в частности.

Если вы не уверены в своих силах или не располагаете достаточным количеством времени для регулярных занятий с ребенком по конкретной программе — не отчаивайтесь. Читая ребенку, рассказывая ему что-то интересное об окружающем мире и побуждая рассказывать его, разыгрывая и обсуждая с ним прочитанные сказки, вы поселите в нем интерес к самостоятельному узнаванию нового. Именно чтение и призвано удовлетворять подобное желание, так как оно является познавательным процессом, позволяющим самостоятельно усваивать самую разнообразную информацию.

ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ ЧТЕНИЮ

Психологи считают, что в 4—5 лет ребенку легче учиться чтению, чем в 7—8, объясняя это тем, что пятилетний ребенок уже хорошо освоил речь, но слова и звуки ему еще интересны, он охотно с ними экспериментирует, легко запоминает целые слова, а затем начинает различать в них буквы, и взрослому остается только придать его интересу направление, необходимое для овладения навыком чтения. В старшем же возрасте слова и звуки становятся для ребенка чем-то привычным и его экспериментаторский интерес пропадает.

Согласно наблюдениям психологов: интеллектуальное развитие дошкольника наиболее успешно проходит в процессе его игровой деятельности.

Принципы обучения чтению дошкольников и младших школьников с помощью игр предложил детский психолог Д.Б. Эльконин. Эти принципы лежат в основе большинства программ обучения чтению. Я предлагаю вашему вниманию программу занятий, состоящую из пяти этапов. На каждом из них ребенок обучается, играя со взрослым в игры, разработанные челябинскими психологами Л.Г. Матвеевой, И.В. Выборщик, Д.Е. Мякушиным.

Этап первый: добуквенный, звуковой период обучения

Предшествует знакомству и работе ребенка с буквами. Ребенку показывают, что речь «строится» из звуков. Взрослый играет с ребенком в звуковые игры, цель которых — выделение в словах определенных звуков.

Звукоподражание

Взрослый задает вопросы ребенку, например:

— Как жужжит пчела? (Ж-ж-ж!)

— Как шипит змея? (Ш-ш-ш!)

— Как гудит поезд? (У-у-у!)

Главный звук

Взрослый читает ребенку стихи, выделяя основной звук. Хорошо использовать тексты стихотворных азбук, например, Е.А. Благининой «Нау-чусь-ка я читать» или С.Я. Маршака «Азбука в стихах и картинках» и т.д.

Жужжит

Над жимолостью

Жук.

Тяжелый На жуке

Кожух. (Е. Благинина) Дятел жил в дупле пустом, Дуб долбил, как долотом.

(С.Я. Маршак)

Магазин

Взрослый — продавец, а ребенок — покупатель, который «приходит» в магазин, чтобы выбрать себе что-то из товаров. За покупку нужно расплатиться первым звуком слова. Например, если ребенок хочет купить ложку, то он должен сказать «Л-л».

Этап второй: определение звукового состава слова

Ребенка учат определять, из каких звуков состоит слово, различать твердую и мягкую пару согласных, выделять ударный гласный звук.

Запретные звуки

Эта игра помогает развить у ребенка умение выделять звуки в слове и учит его работать по правилу — это одно из важных условий успешного обучения в школе.

Взрослый и ребенок договариваются, что один из звуков является запретным, например, нельзя произносить «з» или «к». Взрослый показывает ребенку картинки и спрашивает, что на них изображено, ребенок старается ответить, не называя запретный звук. Пусть на первом этапе запретный звук будет находиться в начале слова, а потом в конце.

— *Кто ползет, и шипит?*

— *мея.*

— *Кто мурлыкает и все время умывается?*

— *от.*

— *Кто пятится назад?*

— *ра*

Тим и Том

Эта игра учит ребенка различать твердые и мягкие звуки. Нарисуйте двух человечков. Том «твердый» — он угловатый, тощий, а Тим «мягкий» — он округлый и толстый. Познакомьте с ними ребенка:

— *Видишь, это Том, его имя начинается очень твердо. Т-т-т. Он сам весь твердый, как этот звук, и выбирает все твердое. Любит Томатный Сок, носит всегда Пальто, играет в Морской Бой и Мыльные Пузыри. А это Тим, его имя начинается мягко. Ть-ть-ть. Он любит все, что звучит так же мягко, как его имя: ест Тянушки и Тефтели, играет в Мяч, Рисует и носит Пиджак. Ты будешь Там, а я Том. Мы идем в поход. Как ты думаешь, что с собой возьмет Тим: РЮКЗАК или РАНЕЦ?*

Также Тим и Том должны взять с собой КОТЕЛОК, КОНСЕРВЫ, САХАР, ЛОЖКИ, МИСКУ, ВЕРЕВКУ, БИНОКЛЬ, КОМПАС, КАРТУ, ЛЕДЕНЦЫ, КРОССОВКИ, КЕДЫ, КЕПКУ, ПАНАМКУ и т.д. Ребенку с помощью взрослого нужно выбрать, что из этого понесет Тим, а что Том. Потом можно поменяться ролями, пусть ребенок побудет Томом, который собирает грибы (ЛИСИЧКИ, МАСЛЯТА), ягоды (ЗЕМЛЯНИКУ, ГОЛУБИКУ), ловит рыбу (ЛЕЩА, САЗАНА) и т.д.

Заблудились в лесу

Эта игра поможет ребенку научиться выделять в слове ударный звук. Игрушки разбежались по комнате, их нужно позвать, потянув ударный звук — самый



«громкий» звук в слове.

— *Ми-и-ишка!*

— *Маши-и-инка!*

— *Сло-о-он!*

Этап третий: звуковой анализ слова

Ребенка учат выделять все звуки в словах из трех-пяти звуков и фиксировать их с помощью фишек (кусочков картона, пуговиц, мозаики).

Дом звуков

Взрослый рисует «комнаты» для звуков. Например, для слова «кот» надо нарисовать дом из трех комнат: три квадратика.

— *В каждой комнате должен жить звук, давай их расселим.* Ребенок произносит звук, который будет «жить» в этой комнате, и кладет на квадратик фишку. -К, О, Т.

Частая ошибка — ребенок правильно называет первый и последний звуки и «теряет» средний. Взрослый может удивиться:

— *Разве здесь живет «КГ»? Здесь живет «Ко-о-от»/ (тянет пропущенный звук).*

Дом в лесу

Задача та же, только домик надо нарисовать из четырех комнат.

— *В этом доме хотят поселиться ЛЕВ, СЛОН и ЖИРАФ. Как ты думаешь, для кого из них этот дом построили? А смогут ли в нем жить ЛИСА, ВОЛК, УЖ, СОВА, СОБАКА, КРОТ, ВОРОНА?*

Если ребенок испытывает трудности, нарисуйте дополнительно трехкомнатный и пятикомнатный домики, попросив «расселить» зверей в подходящий для каждого из них дом.

Дом в лесу-2

Это усложненный вариант предыдущей игры. Ребенок учится не только учитывать количество звуков в слове, но и находить ударный звук.

Взрослый рисует четыре одинаковых четырехкомнатных домика.

— *В этих домиках живут СЛОН, ВОЛК, ЛИСА и АИСТ. Помоги ЦАПЛЕ попасть в гости к АИСТУ, а не на обед ЛИСЕ или ВОЛКУ.*

Подскажите ребенку выход — поставьте ударение в слове «слон», закрасив соответствующий квадратик в одном из домиков.

Стройка

Игра для закрепления навыка расстановки ударений.

— *Со склада стройматериалов на стройку нужно привезти сначала ЦЕМЕНТ, затем КИРПИЧ, следом ПЕСОК, потом ГЛИНУ, за ней СТЕКЛО, а под конец — ДОСКИ. Ты будешь шофером.*

Взрослый делает шесть карточек с числом квадратиков, соответствующим количеству звуков в каждом слове, и заштрихованными ударными звуками. Это и будут необходимые стройматериалы. Взрослый просит ребенка:

— *Найди и отвези на стройку ЦЕМЕНТ и т.д.*

Этап четвертый: буквенный период обучения

Ребенка знакомят с алфавитным обозначением звуков с помощью картинной азбуки, кубиков или выкладывания изображения букв из палочек, рисуя буквы на снегу или песке, на запотевшем стекле, отыскивая знакомые буквы в вывесках магазинов и заголовках газет. Все это помогает сделать обучение ненавязчивым и интересным. Вы можете учить с ребенком буквы на прогулке, в дороге, в гостях.

Звуковое лото

Взрослый раздает детям карточки с изображением разных предметов, растений или животных. Потом показывает знакомую детям булеву и спрашивает:

— *У кого есть слово на эту букву?*

Затем игра усложняется: на карточках печатными буквами пишутся слова, дети должны узнавать предложенные буквы в начале, середине и конце слова.

Машины

Ребенок должен сложить в машину марки «Л» все карточки со словами на эту букву, а в машину марки «М» — все слова, начинающиеся с буквы «М».

Дорисуй букву

Взрослый рисует элементы печатных букв, а ребенок должен дорисовать недостающее, чтобы получилась та или иная буква.

Можно также вернуться к игре «Дом звуков», но теперь вместо произнесения звуков и раскладывания фишек ребенок должен сказать взрослому, какие буквы нужно написать, чтобы поселить в домик того или иного зверя.

Этап пятый: слияние слогов в слова

На первых порах обучения ребенка слог является основной единицей чтения. Учите ребенка читать слоги протяжно, как бы «пропевая» их («ССОО-ССННАА», «ММАА-ШШШИИ-ННАА»), Это поможет ребенку избежать «рубленого» слога, который замедляет переход от слогового чтения к чтению словами.

Запаситесь кубиками или карточками с изображением букв Пусть ребенок пытается сложить слова, которые вы ему предлагаете. Начните с самых простых. Покажите ему, как складывать слова, на примере отрывка из стихотворения Г. Виеру «Мама»:

— Ну-ка, М дай руку А, Ну-ка, МА,
МА и МА, а вместе МАМА — Это я пишу сама.

Работа с ударением ускорит и облегчит переход к чтению словами. Вот несколько игр, помогающих ребенку усвоить принцип слогослияния.

Перестановка ударений

Пусть ребенок поэкспериментирует с ударениями в словах, отвечая на ваши вопросы.

— Как тебя зовут?

— ПаиА ПАиА.



— Что это такое?

— ТЕлевизор, телЕвизор, телевИзор, телевизор.

Укротитель

Ребенку даются карточки с написанными на них печатными буквами названиями диких животных, которых ему надо укротить, поставив ударение на соответствующую гласную (ударение «ставится» с помощью специальной фишки). Например, в слове БИЗОН, ребенок должен положить фишку на букву О. Если ребенок слишком долго думает или ставит ударение неправильно, животное «убегает» в лес (джунгли, степь и т.п.). Укротителю нужно правильно позвать его (см. игру «Заблудились в лесу»), чтобы оно вернулось.

Памятка для родителей

Предлагаемые игры можно варьировать в зависимости от ваших возможностей и фантазии. Не бойтесь импровизировать — это сделает ваши занятия с ребенком более интересными и полезными.

Возвращайтесь к пройденному материалу в повседневной жизни. Например, пусть ребенок тренируется ставить ударения в словах, когда вы ходите с ним по магазину самообслуживания в поисках ГРЕ-Е-ЕЧКИ, СА-А-АХАРА, РЫ-Ы-ЫБЫ и т.д. Или, читая ребенку перед сном, выделяйте в тексте пройденный звук. Готовя ужин, попросите ребенка найти на кухне все предметы, начинающиеся на определенную букву. Все это поможет малышу лучше усвоить материал, и, кроме того, вы сможете сохранить эффект непрерывности обучения, если у вас не получается проводить занятия регу-

лярно.

Чтобы добиться успеха и не отбить у ребенка интерес к развивающим занятиям, необходимо следовать определенным правилам:

- Занимаясь с ребенком, соблюдайте последовательность этапов. Не ждите слишком быстрых результатов. Учитывайте особенности своего ребенка: некоторым детям для усвоения материала необходимо неделю играть с одной и той же буквой, звуком, а другие за один день могут запомнить пол-алфавита или научиться правильно составлять ударения.

Используйте для занятий как можно больше наглядных материалов: цветных картинок, кубиков, игрушек, реальных предметов, рисуйте то, о чем идет речь в задании (животных, машинки и т.д.), потому что маленькому ребенку трудно воспринимать информацию на слух.

- Избегайте монотонности и однообразия: не занимайтесь с ребенком одним типом заданий более 10 минут; прерывайтесь на физкультурные разминки, рисование, совместный поиск чего-то нужного для занятий.

- Играйте с ребенком в школу, где вы будете учеником, а он — учителем. Когда ребенок усвоит, например, названия букв, превратитесь в Незнайку, который все путает и ошибается, пусть малыш исправляет ваши ошибки.

- Самое главное: наберитесь терпения и избегайте критики и отрицательных оценок! Помните, что вы играете со своим ребенком. Эти занятия должны доставлять ему удовольствие.

- Хвалите ребенка за минимальные успехи, хотя бы за то, что он просто старается выполнить ваши задания.



НЕ ХОЧЕТ ИЛИ НЕ МОЖЕТ?

Навык чтения характеризуется совокупностью нескольких параметров:

- способ чтения: по слогам, целыми словами, группами слов (в 1—2-м классах) у многих детей единицей чтения является слог, а в 5—6-м классе — слово и группа слов);
- скорость чтения (к шестому классу ребенок должен читать 100 — 120 слов минуту);
- правильность, автоматизированность (так называемая беглость),
- понимание прочитанного.

Как правило, к пятому классу чтение ребенка становится беглым и выразительным, но некоторые дети, несмотря на усилия учителей и родителей, все равно продолжают читать медленно, по слогам, плохо понимают смысл прочитанного. И все чаще от учителей начальной школы и детских психологов родители плохо читающих детей могут услышать непонятный и пугающий диагноз: «дислексия».

Известный чешский психолог Зденек Матейчек считает, что это «специфическое нарушение чтения в процессе развития» наверняка существует еще с тех самых времен, когда люди изобрели звуковое письмо. Но обнаружили эту проблему только в конце девятнадцатого века, а исследовать и пытаться исправить стали лишь в середине прошлого века. Это нарушение становится препятствием в обучении от 2 до 10% школьников. Дислексия интенсивно исследуется учителями, неврологами, лингвистами, психологами.

Интересно, что подобного рода проблема реже встречается у детей, изучающих пиктографические языки (например, японский) или языки, где произносятся все буквы (например, итальянский).

Английский психиатр Майкл Раттер считает, что нарушения чтения у детей могут быть обусловлены как *общим недоразвитием чтения*, так и *специфической задержкой чтения*. Общее недоразвитие чтения часто связано с «явным неврологическим расстройством и со множеством других отклонений развития, таких, как нарушения координации движения, восприятия, продуктивных способностей, речи и языка». Специфической задержкой чтения, или «словесной слепотой», называют «нарушения, при которых у ребенка обнаруживается гораздо более слабые навыки чтения, чем это можно было бы предположить, исходя из его возраста и уровня интеллекта (4—8% десятилетних детей). Она сопровождается гораздо более узким кругом нарушений — нарушения речи, произношения, правописания, — а знания по другим предметам больше соответствуют требованиям».

Российский дефектолог А.Н. Корнеев в качестве ведущего симптома дислексии у ребенка на начальном этапе овладения чтением выделяет трудности с пониманием и запоминанием того, что данная буква соответствует данному звуку, сложности со складыванием отдельных звуков в слоги.

Ребенок, предрасположенный к дислексии, не способен овладеть слогослиянием, автоматизированным чтением целыми словами, нередко плохо понимает прочитанное. Обращает на себя внимание и ограниченный словарный запас ребенка, особенно в обозначении отвлеченных понятий (временных, пространственных и т.д.). У такого ребенка наблюдаются нарушения речи, грубые и странные орфографические ошибки, нечеткие пространственные ориентировки, трудности в понимании смысла картинки, в запоминании цветов.

Наиболее ярко подобное нарушение выражено у детей 6–8 лет, именно в этом возрасте дислексию легче обнаружить и скорректировать.

Специалисты так и не пришли к единому мнению, что же является причиной неспособности ребенка овладеть навыком чтения, несмотря на достаточный для этого уровень интеллектуального и речевого развития, отсутствие нарушений зрительного и слухового анализаторов и оптимальные условия обучения. Возможно, на генном уровне передаются общие предпосылки нарушения чтения. По крайней мере, у некоторых детей задержка развития навыка чтения возникает под влиянием биологических факторов, связанных с работой мозга. Высказывалось предположение, что специфическая задержка чтения может быть вызвана некоторым повреждением нормального процесса роста и созревания определенных зон коры головного мозга. Исследователи отмечают, что наиболее часто дислексия встречается у *леворуких детей* и у так называемых *скрытых левшей* (когда ребенок пишет правой рукой, но ведущим у него является правое, а не левое, как у правшей, полушарие мозга). Эти дети испытывают трудности в пространственной ориентации (путают право и лево, могут читать слова и целые строчки справа налево), при чтении у них преобладают ошибки угадывающего типа в виде замены букв или слов.

Плохое чтение очень часто сопровождается плохим почерком, а также может быть связано с массой других нарушений развития, включая неловкость движений и затруднения в дифференциации форм, например, ребенок 5–6 лет испытывает сложности в распознавании и воспроизведении простых геометрических фигур.

Нарушения чтения нередко сопровождаются нарушением письма — дисграфией. При письме, например, ребенок заменяет гласные («часто — чосто») или пропускает их («лежит — лжт»), переворачивает согласные («с» — «з»).

Прогноз дальнейшего развития для детей с нарушением чтения скорее благоприятный, так как при своевременной целенаправленной помощи дети достигают определенных успехов, и чтение уже не составляет для них особого труда. Но важно как можно раньше обратить внимание на проблемы ребенка. Согласно наблюдениям специалистов дети, у которых в возрасте до десяти лет наблюдается задержка чтения, без специальной помощи, вероятнее всего, не смогут догнать сверстников к моменту окончания школы, а многие еще и отстанут.

И родители, и педагоги должны понимать, что сам ребенок не сможет справиться с этой проблемой, ему требуется квалифицированная помощь.

Вызывает тревогу и требует консультации специалиста ребенок 6–8 лет, если он на фоне проблем с обучением чтению:

- *испытывает трудности при выполнении любого типа заданий по установлению отношений порядка или последовательности, например, путается в порядке следования времен года и дней недели;*
- *не может правильно повторить в прямом порядке больше трех цифр, а в обратном — больше двух;*
- *не может правильно повторить даже простые ритмы, которые выстукивает взрослый;*
- *испытывает трудности при составлении рассказа по картинкам;*
- *плохо ориентируется в заданиях, требующих знания, где право, а где лево, затрудняется с определением правой и левой стороны у людей и предметов;*

- имеет ограниченный словарный запас, особенно в обозначении отвлеченных понятий (временных, пространственных и т.д.);
- не может сделать фонематический анализ слова (выделяет слоги вместо звуков, пропускает гласные звуки);
- при чтении часто производит замены гласных «а» на «о», «ы» на «о» (например, «выше — воше») или замены согласных «т» на «д», «г» на «к», «ж» на «ш» (например, «хотела — ходела»);
- переставляет слоги, читает совсем другое слово вместо написанного, может читать справа налево;
- обладает низкой способностью к концентрации внимания, беспокоен, отвлекаем, импульсивен.

Далеко не всегда нарушения чтения связаны с предрасположенностью к дислексии.

Учителя первых классов часто жалуются на сложности, возникающие на уроках чтения из-за того, что дети изначально находятся на разном уровне подготовки: одни уже бегло читают, другие только научились складывать буквы в слова. Хорошо читающие дети отвлекаются, мешают остальным, потому что им скучно слушать, как их менее успешный одноклассник читает, спотыкаясь на каждом слогe. Плохо читающий ребенок начинает стесняться своего неумения и от этого читает еще хуже. Если же учитель ориентируется на хорошо читающих детей, то ребенок, испытывающий трудности с чтением, ничего не понимает и не успевает на уроке и постепенно теряет интерес к учебе. Глубоко травмируют ребенка нетерпеливые замечания более успешных одноклассников, их насмешки. Такая практика, как чтение на скорость, ставит плохо читающего ребенка в невыгодное для него положение — ведь большинство детей читают быстрее. Кроме того, необходимость прочитать что-то как можно быстрее и лучше, появление в руке учителя секундомера в буквальном смысле «расстраивает» любой навык ребенка, он читает еще хуже, чем раньше, или вообще не может произнести ни слова. То же самое происходит с застенчивым ребенком — ему тяжело читать вслух, «на публику», а чей-нибудь насмешливый комментарий глубоко ранит стеснительного и неуверенного в себе ученика. Все это может усугубляться предрасположенностью ребенка к дислексии.

Российский психолог Е.Е. Данилова в работе с плохо читающими детьми исходит из того, что нарушения навыка чтения могут быть обусловлены несколькими причинами. Во-первых, слабым развитием у учащихся функции самоконтроля. Ребенок не умеет самостоятельно сопоставлять результат своих действий с образцом, вычленять ошибки и устранять несоответствие между образцом и реальным достижением. Во-вторых, многие первоклассники и даже второклассники плохо знают буквы алфавита. Если ребенок 7—8 лет не всегда может правильно назвать предъявляемую ему букву или тратит на ее опознание до 10—15 секунд, то это также неизменно приводит к нарушению навыка чтения. В-третьих, частыми причинами ошибок чтения может быть и недостаточное развитие концентрации внимания: при чтении текста глаз ребенка совершает хаотичные движения, происходит считывание случайно попадающих в поле зрения ребенка букв. Впоследствии у детей, делающих подобные ошибки, с трудом формируется навык следования направлению чтения — слева направо. В-четвертых, плохо читающие дети часто успевают забыть значение даже правильно прочитанного слова, поэтому они не понимают смысла прочитанного и не могут рас-

сказать, о чем читали. Это свидетельствует о недостаточном умении ребенка **удерживать в памяти значение прочитанного.**

Мучительно пытаясь правильно и быстро прочитать текст, ребенок совершенно не понимает и не запоминает прочитанного, а большинство заданий к урокам дается в письменном виде. Однако не только учебная деятельность страдает из-за плохого чтения ребенка. Постоянные замечания, неуспех формируют у ребенка низкую самооценку, он замыкается, избегает одноклассников, начинает ненавидеть уроки чтения и все, что с ними связано, а в крайних случаях даже отказывается ходить в школу.

Ребенок, не испытывающий особых проблем с техникой чтения, тоже может воспринимать чтение как повинность, если родители, обучая его читать, слишком часто прерывали своими занятиями его игры, прогулки с друзьями, просмотр любимых телепередач. Чтение в этом случае превращается в нелюбимый урок, который необходимо как можно быстрее выполнить, чтобы заняться чем-нибудь более приятным и интересным. Естественно, ребенок не захочет ничего читать сверх того, что ему задали. При таком отношении к чтению ребенок также плохо понимает и запоминает содержание прочитанного.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ

В качестве профилактики трудностей в обучении чтению следует уже с пятилетнего возраста выполнять с ребенком соответствующие упражнения, направленные на:

- формирование представления о собственном теле.

На примере собственного тела ребенок учится различать, что находится сверху, внизу, справа, слева, спереди, сзади. Он отвечает на вопросы взрослого (какая рука правая? голова внизу или сверху? спина сзади или спереди?) сначала про самого себя, а потом про окружающих.

- формирование пространственных представлений на примере картинок и окружающих предметов.

Ребенок отвечает на вопросы взрослого: что находится ближе или дальше, что больше или меньше. Затем вопросы усложняются: что находится дальше, чем это, чем то (то же самое спрашивается про меньше, больше, выше, ниже, левее, правее и т.д.).

- формирование представлений о последовательности. Взрослый рассказывает ребенку о порядке следования времен года, месяцев, дней недели, дополняя объяснения картинками и примерами из книг. Кроме того, ребенку предлагаются следующие задания:

а) выложить последовательность из мозаики, бусинок, геометрических фигурок по предложенному образцу;

б) сложить разрезные картинки и изображения из кубиков;

в) составить рассказ на основе последовательных картинок.

- формирование представлений о звуковом составе слова с помощью скороговорок.

Проговаривание скороговорок не только улучшает дикцию, но и помогает выделить основной звук, который задействован в скороговорке. Например, «Ткет ткач ткани на платки Тане», «Водовоз вез воду из-под водопровода». Когда ребенок будет знать достаточное количество скороговорок, взрослый может его попросить вспомнить скороговорку для того или иного звука (например, для «К»: «Идет с косой ко-

сой козел» и т.д.).

• формирование представлений о слоговом составе слова. Для занятий очень удобно использовать мяч:

а) взрослый и ребенок перекидываются мячом, проговаривая слово по слогам (например, «ка-ран-даш», «ста-кан»);

б) взрослый предлагает ребенку «уменьшать» предмет, добавляя определенный слог: он говорит «дом», а ребенок добавляет — «ик» и т.п.

Если ребенок уже знает буквы и умеет читать, но испытывает затруднения при чтении, то к этим занятиям следует добавить задания с текстами. Необходимо подбирать тексты, соответствующие возрасту и возможностям ребенка: с достаточно крупным шрифтом, предложениями, состоящими не более чем из 10 слов и содержащими как можно меньше сложных и незнакомых слов, — все это способствует легкости усвоения и понимания прочитанного ребенком.



Работа с плохо читающими детьми должна проходить в два этапа:

• первый этап — создание положительного настроения ребенка на занятия, повышение его уверенности в собственных силах и способностях;

• второй этап — тренировка навыка чтения, анализ затруднений ребенка для последующего их устранения.

На первом этапе в работу с детьми 6—10-летнего возраста для создания у них положительного настроения на занятия необходимо включать упражнения с игровым оформлением (кубики, цветные картинки, мозаика, мяч). В заданиях и текстах должно упоминаться то, что интересует ребенка (например, герои любимого им мультфильма, или гоночные машины, или кукла Барби и т.д.). Кроме того, упражнения должны быть разного уровня сложности, при этом начинать следует с более легких,

постепенно усложняя задачи.

На этом этапе по возможности исключите из читаемых текстов сложные слова, составьте списки слов для чтения, не имеющих трудных для ребенка букв (слогов).

Каждое занятие должно завершаться чем-то интересным для ребенка. Например, если он любит играть в мяч, то перебрасывайтесь с ним мячом, разбивая слова на слоги или повторяя алфавит. Таким образом, у ребенка создается чувство успеха и формируется положительная установка на последующие занятия чтением.

Сохранить у ребенка положительный настрой помогают также таблицы, наглядно отражающие даже его минимальные достижения. Например, за последние три занятия ребенком было сделано 48, 30 и 25 ошибок соответственно. Самое главное, чтобы малыш соревновался только с самим собой, а не с одноклассниками или братьями и сестрами.

Больше хвалите ребенка и подбадривайте его, отмечайте все его достижения, даже самые незначительные.

Ко второму этапу следует переходить, когда ребенок привык к занятиям и относится к ним положительно. Взрослому необходимо определить, какие звуки, слоги или слова приводят к потере темпа и качества чтения, и увеличить нагрузку именно на то, что вызывает у ребенка наибольшие трудности. Следует подбирать тексты с большим количеством сложных фрагментов (букв, слов, слогов), подчеркивать их в тексте, просить ребенка быть особенно внимательным при их чтении. Во все игровые упражнения следует включать эти трудные для ребенка слоги, слова или буквы. Предложите ему складывать нужные слова из кубиков или отыскивать сложные буквы на картинке.

Е.Е. Данилова предлагает специальные упражнения для работы с плохо читающими детьми 7–10-летнего возраста.

Тренировка удержания порядка следования букв

1. Ребенку предлагается выкладывать узор из мозаики по образцу, но не по элементам, как обычно, а начиная с левого верхнего угла двигаться слева направо, построчно сверху вниз.

2. Ребенок «читает» последовательности цветных точек. На карточках предъявляются 4 строчки разноцветных точек по 14 в каждой, ребенок должен последовательно слева направо и сверху вниз перечислять встречающиеся на карточке цвета.

Тренировка повышения скорости распознавания букв

1. Ребенка просят называть звуки и буквы с помощью картинной азбуки, где каждой букве соответствует не одно, а несколько изображений разных предметов.

2. Ребенка просят на время прочитать последовательности букв, расположенных на карточках не в алфавитном порядке (используется несколько карточек с 4–6 строчками букв на каждой).

3. Ребенок читает на время короткие слова, состоящие из одной гласной, но с постепенно увеличивающимся количеством согласных, например: от на рак дай соль труд парк хвост из за пар май боль крот март дрозд ах не сок бей пыль стол торт крест

На каждой карточке должно быть по 10 подобных строчек. Ребенок должен читать слова последовательно слева направо и сверху вниз.

Тренировка запоминания прочитанного

1. Словесное лото.

Ребенок получает набор маленьких карточек с напечатанными на них названиями различных животных. Взяв одну карточку и прочитав напечатанное на ней слово, ребенок должен найти это животное на лежащей перед ним карте с двенадцатью изображениями. Играя в такое своеобразное лото, ребенок удерживает в памяти значение прочитанного слова все время поиска. Можно начать с названий трех или шести животных, постепенно увеличив их число до 12. Аналогичная работа проводится с изображениями различных предметов.

2. Выполнение практических действий по письменным инструкциям.

Начинают с простых инструкций и постепенно переходят к действиям с различными предметами (используются разноцветные стаканчики, коробочки разных размеров, цветные шарики, фишки, геометрические фигуры и пр.). Ребенок вытягивает из лежащего перед ним набора карточек-инструкций одно задание типа: «Подними правую руку», «Положи книгу на стол», «Положи красный шарик в белый стаканчик» и т.д. Выполнив это задание, он берет следующую карточку. Постепенно задания усложняются за счет увеличения длины фраз и изменения их структуры. Например: «Возьми один белый шарик из красной коробочки и переложи его в тот стаканчик, где лежит красный треугольник». Затем ребенку предлагается несколько инструкций на одной карточке. Например: 1) «Положи треугольник на синий квадрат»; 2) «Поменяй местами стаканчики»; 3) «Освободи самую большую коробку». 3. Реконструкция связного текста.

Печатается текст в двух экземплярах. Один из них разрезается на отдельные предложения. Ребенок сначала читает текст целиком, затем собирает его из отдельных предложений. На следующем занятии ребенку предлагается реконструировать этот же текст без предварительного чтения. Количество предложений в тексте постепенно увеличивается от занятия к занятию, но начинать следует с 3—4 предложений. Таким образом, ребенок учится удерживать в памяти содержание того или иного текста в течение длительного времени.

Предложенные упражнения помогают увеличить скорость и улучшить качество чтения учащихся, кроме того, в процессе занятий у ребенка повышается концентрация внимания.

ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ И НЕ ЛЮБИТ ЧИТАТЬ

Каковы бы ни были причины возникновения проблем с чтением, результат один — ребенок отказывается читать. В этой главе мы поговорим о том, как привить ребенку любовь к книге, пробудить у него интерес к чтению.

Как вырастить книголюба

Если родители с раннего детства приучают ребенка к книге, много и с удовольствием читают ему вслух, то малыш, еще не понимая, что такое книга, уже относится к ней с интересом. Многие родители покупают для своих детей маленькие картонные книжки, когда им исполняется всего лишь месяц от рождения. Показывая своему крохе книжку с яркими картинками, читая ему несложные потешки и детские стихи, разрешая потрогать, перевернуть и даже погрызть книжки, они как бы дают понять ребенку: «Книга — это то, что должно быть всегда рядом с тобой, это интересно и здорово!» Едва научившись сидеть, ребенок берет книжки, листает странички, тычет пальчиком в картинки и что-то «приговаривает» при этом.

Приучайте ребенка бережно относиться к книгам!

Вандализм по отношению к книгам в течение первых двух лет жизни ребенка неизбежен, и с этим надо смириться. Сделайте так, чтобы ребенок мог добраться только до своих специальных книжек. Но все равно постоянно говорите ребенку, что нельзя брать книги в рот, рвать их, рисовать в них. Старайтесь «спасти» испорченные книжки: заклеить, зашить, стереть нарисованное. Делайте это на глазах у ребенка, сокрушаясь: «Бедная книжечка, порванная, сейчас мы тебя починим». Все это приучит ребенка к бережному отношению к книге, если, конечно, сами родители не имеют привычки писать в своих книгах, вырывать из них страницы, бросать их как попало. В таком случае бесполезно ожидать от ребенка иного отношения к книгам.

Пусть уже с года (а то и раньше) одним из постоянных подарков ребенку будет книга, соответствующая его возрасту. Старайтесь не форсировать события — усложнение материала должно происходить постепенно: если вы видите, что предложенная вами книга слишком трудна для ребенка или неинтересна ему, отложите ее на время. Но при этом не пропустите момент, когда ребенок начинает «вырастать» из определенного типа книжек



Предлагайте ребенку только качественную литературу (как по оформлению, так и по содержанию).



В ваших силах привить ребенку вкус к хорошим книгам. Не старайтесь заинтересовать его так называемым чтивом: различными детскими комиксами, «ужасиками», любовными историями и детективами, которых сейчас в избытке на книжных прилавках. Постарайтесь, чтобы ребенок как можно позже узнал о существовании и содержании подобных книг. Ими-то ребенок, может быть, и заинтересуется, но Чехова и Толстого читать точно не захочет. Кстати, многие учителя начальных классов запрещают своим ученикам приносить подобные книги в класс.

Научите ребенка пользоваться библиотекой, запишитесь вместе с ним в школьную или районную библиотеку, помогайте ему выбирать книги.

Сделайте поход с ребенком в книжный магазин приятным событием. Не следует делать покупки в спешке, например, если срочно понадобилось что-то для уроков в школе. Пусть ребенок спокойно походит между стеллажами, обратите его внимание на новинки, посоветуйтесь с ним, какую книгу вы могли бы подарить кому-то из членов семьи или его другу.

Пробудите у ребенка интерес к чтению

С раннего детства читайте ребенку веселые, интересные сказки и стихи. Желательно, чтобы каждый день у кого-то из родителей находилось свободных полчаса - час для совместного чтения с ребенком и обсуждения с ним прочитанного.

Психологи считают: нелюбовь к чтению связана с тем, что ребенку просто неинтересно читать.

Для многих детей прочитанное остается набором событий, имен и названий, потому что у них недостаточно развито образное мышление. В таком случае книги представляются скучными, так как ребенок не способен «увидеть» те характеры и образы, которые стоят за описанием героев и событий. То ли дело в мультиках или в компьютерных играх: действие, динамика, острота ощущений. И самое главное — уже готовые, разработанные и нарисованные кем-то образы. Видимо, современным детям действительно не хватает воображения: их с рождения окружает слишком много наглядных образов, поэтому нет необходимости что-то представлять, додумывать. Поколению, выросшему на книгах и радио, волей-неволей приходилось самим придумывать, как выглядит то, о чем пишет автор.

Увлеченный сюжетом читатель как бы попадает в другой мир, он становится не просто наблюдателем происходящего, но и участником, он переживает за героев, рвется узнать, что будет дальше, «живет» в книжке.

Родители могут помочь ребенку научиться «вживаться» в книгу. Для этого необходимо развивать образное мышление детей, чтобы прочитанным словам соответствовали определенные образы.

Разыгрывайте с маленьким ребенком сценки из прочитанной книги, экспериментируйте с сюжетом. Пусть в вашей игре колобок убежит от лисы, встретится с драконом или лягушкой.

Рисуйте вместе с ребенком иллюстрации к прочитанному, придумывайте, как может выглядеть тот или иной герой: во что он одет, какие вещи его окружают.

Ищите в жизни события, аналогичные сюжету прочитанной книги. Например, вы едете на трамвае как рассеянный с улицы Бассейной или несете бабушке гостинцы, как Красная Шапочка.

С ребенком постарше сравнивайте прочитанные книги со снятыми по ним фильмами и мультфильмами, обсуждайте, что совпадает в телеверсии, а что — нет, что можно добавить в фильм или изменить в нем.

Учите ребенка пользоваться цитатами из прочитанного. Например, прочитав про «Мойдодыра», умывайте своего чумазого малыша приговаривая: «Моем, моем трубочиста, чисто-чисто, чисто-чисто». Цитируйте подходящие к случаю стихи. В будущем это умение украсит и обогатит речь вашего ребенка.

Благодаря этим приемам содержание книг тесно переплетается с повседневной жизнью ребенка, делая чтение чем-то естественным и необходимым. Кроме того, они способствуют развитию воображения и речи ребенка.

Станьте для ребенка примером

Прививая ребенку культуру чтения, помните, что самый главный пример для него — вы сами.

Учителя считают, что современные дети почти не видят своих родителей с книгой. Большинству родителей сейчас не до чтения, максимум, на что хватает их времени и сил, — это на газеты и журналы. Сложно убедить ребенка в полезности и увлекательности чтения, если он видит, что окружающие предпочитают книге телевизоры, видеомагнитофоны и компьютеры.

Хорошим выходом из положения является совместное чтение.

1. Заведите ритуал вечернего чтения, выберите какую-либо книгу (это может быть «Дядя Федор» Э. Успенского или «Хоббит» Р. Толкиена и т. д.) и читайте ее понемногу каждый вечер. Маленькому ребенку читайте сами, со старшими детьми читайте



вслух по ролям (для этих целей подходят пьесы Шварца) или по очереди (например, ребенок читает по абзацу, а вы — по странице). Таким образом можно читать не только детские книги, но и классическую литературу (например, когда я училась в седьмом классе, мы всей семьей с удовольствием читали по ролям «Горе от ума»).

2. Если ребенок категорически отказывается читать, попробуйте почитать ему о том, чем он интересуется. Например, если он увлечен динозаврами — читайте о динозаврах.

3. Если ребенок вошел во вкус совместного вечернего чтения, но никак не хочет читать самостоятельно, пойдите на маленькую хитрость. Прервав накануне чтение на интересном месте, на следующий день сошлитесь на сильную занятость и предложите ребенку прочитать дальше самостоятельно, а потом вам рассказать, что там произошло. Но не злоупотребляйте «своей занятостью» — ребенок может понять, что вы таким способом пытаетесь заставить его читать.

Пусть лучше ребенок читает вместе с вами, чем вообще ничего не читает. Кроме того, совместное чтение — это прекрасная возможность с пользой провести вечер в кругу семьи, отдохнуть, пообщаться, обсудить волнующие вас вопросы, подобрав для чтения книги с соответствующей тематикой.

Не давите на ребенка

Не гонитесь за скоростью чтения, больше внимания уделяйте правильности прочтения слов, интонации и содержанию. Учите ребенка **пересказывать** текст, обсуждайте прочитанное, задавайте вопросы.

Начинать подготовку домашнего задания лучше с чтения, так как оно помогает ребенку включиться в работу. Но не перегружайте его ежедневным чтением вслух — по данным психологов, **непрерывное чтение вслух** должно занимать у первоклассника 8—10 минут, а у второклассника 10—15 минут.

Чтобы чтение не вызывало у ребенка негативных эмоций, никогда не заставляйте его читать вместо игры, прогулки или просмотра телепередачи!

Можно наказать ребенка, лишив его вечернего чтения, но не наоборот. Особенно настойчиво педагоги рекомендуют родителям не «соревноваться» с телевидением. Не заставляйте ребенка читать вместо любимой телепрограммы, для чтения должно быть выделено специальное время.

Никогда не отговаривайте ребенка от чтения, если он уже заинтересовался чем-то. Читать что-то все же лучше, чем ничего.

Если ребенок не любит читать, потому что у него это плохо получается, то обязательно проконсультируйтесь у специалистов: психолога, дефектолога или логопеда. Только совместная помощь родителей, учителей и специалистов приведет ребенка к успеху.

Памятка для родителей

Как организовать работу дома с плохо читающими детьми:

- создайте дома спокойную, удобную для чтения обстановку;
- в течение дня выделите время для чтения, удобное ребенку;
- когда ребенок читает, находитесь поблизости (чтобы объяснить непонятное слово, вместе посмеяться над смешным моментом), но не сидите у него над душой (это создаст эффект принуждения);
- если ребенку сложно читать самостоятельно, то на первых порах читайте ребенку вслух заданный текст, затем он читает его самостоятельно, а вы поправляете его, либо сначала вы читаете фразу, затем эту же фразу читает ребенок;
- проявляйте интерес к тому, что читает ребенок;
- отмечайте каждый, даже незначительный, с вашей точки зрения, успех ребенка похвалой или поощрением (но ни в коем случае не денежным), тогда ребенок будет стараться порадовать вас своими успехами;
- не следует сравнивать достижения ребенка с успехами других детей (особенно его братьев и сестер) — постоянное невыгодное сравнение снижает самооценку ребенка, закрепляет у него неприязнь к более успешным детям.

Совет всех психологов одинаков: «Коррекционные меры не должны откладываться до тех пор, пока не начали разрушаться самооценка и позитивная мотивация ребенка!»

Ребенок должен знать, что ваша к нему любовь не зависит от его техники чтения или успехов в учебе. Интересуйтесь его делами, не отмахивайтесь от его проблем. Обо всех личностных и эмоциональных особенностях вашего ребенка обязательно предупредите учителя.

И главное, ничего не пускайте на самотек — нерешенные детские проблемы имеют обыкновение только усложняться с годами, а не исчезают сами собой, как думают некоторые родители.

Глава 16. ЕСЛИ РЕБЕНОК ИНТЕРЕСУЕТСЯ ТОЛЬКО КОМПЬЮТЕРОМ...

Вышел бэтмен из тумана, Вынул пейджер из кармана... *Новая детская считалка*

Компьютером теперь никого не удивишь. Сегодня компьютерные классы открываются в начальной школе, в группах дошкольного развития, в детских садах. С помощью компьютерных программ осуществляется обучение и развитие детей.

«Продвинутые» родители, еще не сняв с ребенка памперсы, сажают малыша к монитору. «Несовременные» же родители считают, что сидеть за компьютером очень вредно даже для старшеклассника, и запрещают своим детям на пушечный выстрел подходить к компьютерам. И те и другие мечтают видеть своих детей счастливыми, здоровыми, успешными. Может ли ребенок, много времени проводящий за компьютером, быть здоровым? С другой стороны, может ли в наше время подросток, которого родители полностью изолировали от ПК, стать специалистом в какой бы то ни было профессиональной области?



Появление персональных компьютеров породило огромное количество мифов, касающихся как пользы, так и вреда от их использования.

Еще с 80-х годов прошлого века в средствах массовой информации стали появляться статьи, предупреждающие об опасном влиянии компьютера. И, в частности, о вредном воздействии компьютерных игр на физическое здоровье и психику детей и подростков. Эта точка зрения нашла под-

держку и в научном сообществе.

Основные факторы негативного влияния компьютера на организм человека

1. Нагрузка на зрение.
2. Стесненная поза.
3. Излучение.
4. Воздействие на психику.

Среди основных обвинений — соматические нарушения (снижение остроты зрения, искривление позвоночника, быстрая утомляемость и др.), которые, как полагают, являются прямым следствием «компьютеризации» свободного времени подростков.

Негативную картину дополняет появление психической зависимости, которая выражается в следующих патологических симптомах: у ребенка развивается чувство мнимого превосходства над окружающими, теряется способность переключаться на другие развлечения, обнаруживается бедность эмоциональной сферы и т. д. Кроме того, некоторые компьютерные игры провоцируют у юных пользователей, по мнению авторов этих статей, агрессивное поведение, создают культ насилия и войны. В качестве негативных последствий выделяются также сужение круга интересов ребенка, уход от реальности к созданию собственного «виртуального» мира. Ребенок, который проводит дни напролет один на один с компьютером, рано или поздно начинает испытывать трудности в общении со сверстниками, оказывается неспособным заводить новые знакомства, теряет контакт даже с теми, с кем раньше был близок.

Очевидно, что все эти проблемы достаточно актуальны в наши дни. Следовательно, необходимы специальные исследования, которые могли бы выявить особенности детей и подростков, проводящих большое количество времени за компьютерными играми.

ЧТО РАЗВИВАЕТ КОМПЬЮТЕР?

Попробуем разобраться, что же такое компьютерные программы для детей, в чем их достоинства и недостатки.



Среди множества развивающих программ для детей можно выделить прежде всего: программы обучения иностранным языкам, компьютерные энциклопедии с картинками, которые в занимательной форме преподносят ребенку самые различные знания, филологические игры, напоминающие «Эрудит» или «Поле чудес», развивающие игры, которые учат малышей раскрашивать, рассказывают о свойствах красок и оттенков, или обучают счету, азам арифметики, или знакомят с понятием формы, названиями геометрических фигур, или развивают память, логическое мышление: компьютерные варианты методик «исключи лишнее» и «добавь недостающее» и т. д. и т. п.

И наконец, в последнее время очень популярными стали программы обучения компьютерной графике. Они дают ребенку — разумеется, первое время под руководством взрослого — возможность почувствовать себя настоящим мультипликатором.

Возможности компьютерных развивающих игр на первый взгляд неограниченны. Однако посмотрим, что же существенно нового может дать учитель-компьютер по сравнению с учителем-человеком.

Во-первых, занятия на компьютере — это прежде всего игра. И то, что не очень интересно для ребенка само по себе, становится крайне привлекательным на экране монитора. Таким образом, для ребенка, обучающегося с помощью компьютерных программ, создается дополнительная мотивация — игровая.

Мама учит со своей дочерью Наташей (4 года) алфавит. Ребенок уже почти все буквы запомнил, но в какой-то момент интерес к этим занятиям угас. Однажды Наташа увидела, как мама печатает на компьютере «буковки». Захотела попробовать сама. Тогда мама сделала для нее шрифт покрупнее, посадила поудобнее за компьютерный стол, и Наташа с маминой помощью радостно стала писать слова. 5 минут таких занятий в день на компьютере вкупе с чтением букваря и различными развивающими играми привели к значительным результатам в этой области.

Во-вторых, ребенок, играющий в обучающие игры, начинает очень рано понимать, что предметы на экране — это не реальные вещи, но только их обозначения. В различных играх знаки или символы реальных предметов усложняются, становятся все более и более обобщенными и все меньше напоминают окружающие предметы. Та-

ким образом, у детей начинает развиваться так называемая знаковая функция сознания, то есть понимание того, что есть несколько уровней реальности — реальные предметы, картинки и схемы, слова и уравнения и, наконец, наши мысли, которые являются наиболее сложным, идеальным уровнем действительности.

Однако «знаковая функция сознания» не только дает возможность осознать наличие всех этих уровней реальности, но и лежит в основе самой возможности мыслить без опоры на внешние предметы. О важности такого мышления и сложности его развития свидетельствуют известные многим родителям трудности при обучении детей счету или чтению «про себя»: дети продолжают шепотом произносить читаемый текст или перебирают пальцы при счете.

При этом важно понимать, что в развитии ребенка невозможно перешагнуть через такую важную ступень, как внешний контроль действий, но компьютерные развивающие игры дают возможность облегчить процесс перехода психического действия из внешнего плана во внутренний. Таким образом, самые простые действия во внутреннем плане становятся доступными уже для детей 4—5 лет.

В-третьих, не только психологи, но и родители, и воспитатели заметили, что в процессе занятий на компьютере у ребенка улучшаются память и внимание. Ведь детская память произвольна, дети запоминают только яркие, эмоционально окрашенные случаи или детали, а компьютерные программы придают усваиваемому материалу недостающую ему яркость и значимость, что не только ускоряет запоминание, но и делает его более осмысленным и долговременным.

В-четвертых, компьютерные игры имеют большое значение для развития моторики ребенка, точнее, для формирования моторной координации и координации совместной деятельности зрительного и моторного анализаторов. В любых играх, от самых простых до самых сложных, детям необходимо научиться нажимать пальцами на определенные клавиши. Это развивает мелкую мускулатуру рук — тонкую моторику. Кроме того, действия рук необходимо сочетать с видимым действием на экране. Так, совершенно естественно, без дополнительных специальных занятий развивается необходимая зрительно-моторная координация.

В-пятых, работая на компьютере, ребенок усваивает новый, более простой и быстрый способ получения и переработки информации. А это умение ускоряет и оптимизирует процесс мышления, помогает не только узнать больше, но и лучше, глубже осознать новый материал.

Таким образом, тот интерес, который вызывают игровые занятия на компьютере, становится базовым для формирования таких важных структур, как познавательная мотивация, произвольная память и внимание. Развитие этих качеств во многом обеспечивает психологическую готовность ребенка к школе.

Итак, компьютер развивает множество интеллектуальных навыков. Но есть одно «но». Нельзя забывать о золотой середине. Родителям нужно понять, что компьютер — это не волшебная палочка, которая за один час игры сделает ребенка умным и развитым. Как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и внимания к ребенку со стороны взрослых.

ВНИМАНИЕ! Если вы просто даете ребенку диск с обучающими играми и ожидаете неослабевающего интереса и серьезных успехов, скорее всего вы будете разочарованы.

Для самых маленьких компьютерные развивающие игры должны быть не средством получения информации, а способом самостоятельно проиграть и повторить то, что ребенок узнал от взрослого — из беседы, совместного занятия, чтения. Только в этом случае малыш действительно узнает что-то новое, а не просто посмотрит красивые картинки. Кроме того, вы сохраните с ним доверительные отношения: ребенок будет знать, что именно родители всегда смогут помочь ему найти ответ на любой вопрос, независимо, что они при этом будут использовать в качестве наглядного пособия. Общение с вами должно быть для ребенка приятнее, чем общение с компьютером. К тому же ни одна компьютерная «улыбка», появившаяся на экране при правильном выполнении задания, не может заменить родительской похвалы, нежного поцелуя в макушечку.

Занимаясь с ребенком на компьютере, помните о том, что существуют определенные возрастные ограничения по времени пребывания перед экраном монитора. Постарайтесь объяснить это своему малышу и не оставляйте его надолго наедине с компьютером.

И все же компьютер — это наше будущее, как бы вы к этому ни относились. Пора признать суровую правду жизни — «общение» детей с компьютерами уже неизбежно — и постараться с самого начала управлять этим процессом.

При этом следует помнить, что взаимоотношения вашего ребенка с компьютером напрямую зависят от вас. От того, какой пример вы подаете, сколько времени вы сами проводите перед экраном монитора, насколько вас затягивают компьютерные игры или Интернет. Если мама на несколько часов «зависает» в Интернете, «качая» из мировой сети кулинарные рецепты или общаясь в чате, странно было бы ожидать, что ее ребенок научится управлять своим «компьютерным» временем.

ЧТО ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ?

Все знают, что долго сидеть за компьютером вредно для здоровья, но в чем именно заключается вред, вряд ли могут объяснить. Впервые мы услышали об этом в те времена, когда компьютеры только появились в нашей стране. Стоит ли говорить, что с тех пор компьютеры изменились и похожи на своих предков не более, чем наши квартиры на пещеры питекантропов. Вместе с улучшением качества компьютеров менялись и факторы негативного воздействия ПК на организм человека. Те, что были на первом месте, например излучение, отошли на второй план. Появились новые, связанные в основном с резким ростом скорости подачи и переработки информации. Информационный поток стал настолько велик, что его воздействие продолжительное время не способны выдерживать ни наше зрение, ни наш мозг. Что уж говорить о детях...

Итак, по возможности учитывая то, «до чего дошел прогресс», рассмотрим факторы негативного влияния повсеместной компьютеризации на человека и способы борьбы с ними.



1. Нагрузка на зрение. В первую очередь работа на ПК отрицательно влияет на зрение. Именно из-за нагрузки на зрение даже через непродолжительное время занятий на компьютере у ребенка могут возникнуть головная боль и головокружение. Если работать на компьютере достаточно долго, то зрительное переутомление может привести к устойчивому снижению остроты зрения.

Специалисты даже выделяют некий «компьютерный зрительный синдром», напоминающий конъюнктивит, который может появиться у ребенка после нескольких часов, проведенных перед экраном. В таком случае у детей краснеют глаза и возникает ощущение, что в глаза попал песок.

Однако заметим, что, по мнению специалистов, компьютер не является основной причиной развития близорукости у детей. Огромную роль в этом играет наследственность, «общение» с телевизором, чтение в темноте.

При грамотной организации компьютерного рабочего места и времени работы на ПК нагрузка на зрение может быть существенно снижена. При этом самым важным условием сохранения зрения является качество монитора. Современные мониторы устроены так, что обладают высокой контрастностью при внешней засветке и поэтому не нуждаются в защитном фильтре. Более того, защитный фильтр для них вреден. Самыми безопасными для глаз считаются жидкокристаллические мониторы и монито-



ры профессиональных серий.

Если вы сами не очень разбираетесь в этом вопросе, обратитесь за помощью к специалистам, которые помогут вам выбрать наиболее безопасный монитор, отвечающий всем вашим требованиям.

- Необходимо правильно организовать освещение компьютерного стола.
- Следите за исправностью монитора и чистотой экрана, так как грязь дает дополнительное искажение.
- Индивидуально подобранные стол и стул позволят ребенку соблюдать оптимальное расстояние от экрана до глаз (50—60 см).
- Не ставьте компьютерный стол так, чтобы ребенок сидел спиной к окну. Блики на экране способствуют утомлению глаз.
- Наиболее вредными считаются игры типа Дооми работа в Интернете. Ограничьте в этом своего ребенка.
- Поощряйте использование звуковых эффектов, мультимедийных программ и приложений. Считается, что это помогает расслаблять зрение.
- Необходимо, чтобы ребенок каждые 15—20 минут делал перерывы — давал глазам отдохнуть. Научите его делать зарядку для глаз, в которую входят, например, такие упражнения: поочередно сосредоточьте взгляд то на близкой точке, то на далекой; попеременно посмотрите влево-вправо, вверх-вниз, не поворачивая головы.
- Можно подобрать ребенку специальные защитные очки для работы на компьютере.

2. Стесненная поза. Сидя за ПК, ребенок должен смотреть с определенного расстояния на экран и одновременно держать руки на клавиатуре или других органах управления. В результате его тело принимает определенную позу, которая фактически не меняется во время работы. Такая фиксированная поза может вызывать следующие нарушения:

- заболевания кистевых суставов.

При работе за компьютером человек вынужден совершать множество мелких движений руками, из-за чего кисти сильно устают. При длительной работе могут даже возникнуть хронические заболевания суставов.

- затрудненное дыхание.

Вынесенные вперед локти не дают свободно двигаться грудной клетке, и это может привести к развитию приступов кашля и даже астмы.

- остеохондроз.

При длительном сидении с опущенными плечами возникает стойкое изменение костно-мышечной системы. Довольно часто это приводит к искривлению позвоночника.

Ребенок должен:

- работать за специальным компьютерным столом с выдвижной доской для клавиатуры, позволяющей ему хоть изредка менять позу;
- сидеть на специальном вертящемся стуле без подлокотников. Помимо того, что это удобно и высота стула может быть изменена с учетом роста ребенка, детям очень нравится крутиться и кататься на таких стульях, а это невольно дает им передышки в контакте с экраном;
- регулярно прерывать «общение» с компьютером, вставать, потягиваться, делать мини-зарядку.

Для того чтобы снизить нагрузки на руки, исходя из ваших возможностей, приобретите для ребенка клавиатуру, коврик, мышку и джойстик последних моделей. Они выполнены с учетом особенностей строения кисти, предполагают более удобное размещение рук и разворот плечевого пояса, и руки при работе с ними устают гораздо меньше.

3. Излучение. Электростатические поля. Сам по себе потенциал, имеющийся на электронно-лучевой трубке кинескопа, не страшен, но он, возникая между экраном дисплея и лицом человека, сидящего перед компьютером, разгоняет севшие на экран пылинки до огромных скоростей, и они «впиваются» в кожу пользователя.

- Установите монитор задней стенкой к стене.
- В комнате, где стоит компьютер, чаще делайте влажную уборку, вытирайте пыль.
- Научите ребенка каждый раз, закончив работу на компьютере, умываться холодной водой.

4. Психическая нагрузка. Занятия на компьютере требуют не меньшей сосредоточенности, чем вождение автомобиля. Обращали ли вы когда-нибудь внимание на поведение человека, играющего, например, в компьютерную игру «Ралли», на его стиснутые зубы и руки, судорожно сжимающие мышку, на то, как бросает его тело из стороны в сторону при каждом повороте... Игры требуют огромного напряжения, которое люди редко испытывают в обычной жизни. Специальное исследование показало, что дети очень устают от компьютерных «стрелялок» и «догонялок», а у некоторых особо эмоциональных пользователей во время игры даже повышается давление.

- Чтобы снизить нагрузки на психику ребенка, подберите для него более спокойные игры.
- Старайтесь покупать ребенку развивающие, расширяющие кругозор игры.
- Познакомьте ребенка с возможностями компьютера. Дети довольно часто думают, что компьютер покупают для того, чтобы на нем играть, и не подозревают, что его можно использовать и для других целей, не менее интересных, и при этом научите ребенка пользоваться текстовыми редакторами, рисовать, составлять графики. Тогда время, проведенное за компьютером, будет приносить больше пользы, чем вреда.
- Если ваш ребенок все же не на шутку увлечен именно «стрелялками-догонялками», договоритесь с ним о сокращении времени, проводимого за этими играми. Найдите возможность извлечь пользу из самой, казалось бы, бессмысленной и бесполезной игры. Смело фантазируйте, входите в реальность, в которой существуют только ваш ребенок и виртуальные герои, завоевывайте авторитет и свое место в

игре и в сознании ребенка.

Рассказывает мама Илюши (4 года): «Очередной всплеск интереса к компьютерным играм произошел, когда у него появилась приключенческая игра о каком-то котенке, бродящем по джунглям и лабиринтам и воюющем с псами и прочими врагами. Здесь уже была стрельба и всевозможные опасности, но нарисованная игрушка оказалась вполне пристойно. А попробуйте вырастить мальчишку, чтобы он в определенный период времени не играл в войну. Мы смирились. Ребенку были выставлены жесткие требования по ограничению времени игры, а история с котом-героем обсуждалась с мамой по вечерам и послужила основой для множества придуманных сказок. Это уже дело мамы — создать из незамысловатой «стрелялки» историю о добре и зле, правильно расставить акценты и постараться, чтобы это пошло ребенку на пользу. Постепенно, кстати, и эмоции, связанные с новой игрой, слегка утихли, ребенок беспрекословно выключает компьютер по первому требованию и все чаще обсуждает идею приобретения живого котика.

ВНИМАНИЕ! Постарайтесь не забывать о ребенке, оставляя его наедине с компьютером. Будьте рядом, разговаривайте с ним, обращайтесь внимание на то, чем он занимается, вовремя напоминайте о необходимости сделать перерыв в работе.

Время, которое ребенок может провести за компьютером, разные специалисты определяют по-разному. Ниже приведен совет специалиста-психолога, почерпнутый из интернетовской статьи, который вы можете с уверенностью применять на практике-.



«Для любого человека, и в первую очередь для детей, условно время, проведенное за играми на компьютере, можно определить как его возраст (полных лет), приравненный к минутам, увеличенный в два-три раза. Причем время отдыха от компьютера должно быть в два-три раза больше времени, проведенного за компьютером. Итак, если ребенку 10 лет, то играть на компьютере ему желательно не более 20—30 минут с перерывом на один-два часа. Это вполне нормальные условия. Да, и еще: не рекомендуется играть перед сном и тем более ночью».

ЭТИ СТРАШНЫЕ КОМПЬЮТЕРНЫЕ ИГРЫ

Итак, чего больше всего боятся родители, видя, что ребенок увлечен компьютером? Компьютерных игр. Что же в них страшного? Считается, что они могут сделать ребенка **агрессивным, замкнутым, оторванным от реальности.**

Поговорим об этом подробнее.

Агрессивность

Большинство популярных в нашей стране компьютерных игр учат детей убивать. Монстров и людей, земных животных и инопланетян, рожденных фантазией разработчиков. При этом ручьем льется кровь, слышатся душераздирающие стоны, иногда даже души убитых на наших глазах отлетают к небесам.

Неудивительно, что, наигравшись в такие игры, дети начинают во сне вскрикивать и скрежетать зубами.

Вот как описывает компьютерный журнал игру «Аллоды: печать тайны»: «Миссия десятая. Логово людоедов. Как несложно догадаться, в этой миссии вам придется мучить толстых, волосатых монстров неопрятного вида, в простонародье именуемых людоедами. Опасного ничего нет, а денег можно загрести кучу... По пути вам встретится парочка людоедов, забейте их в полном соответствии с традиционной стратегией забивания крупной дичи... Перед мостом зарежьте еще одного несчастного толстяка, заберите свои скромные сбережения и продолжайте путь... Разные хрюшки-зверюшки вас, я надеюсь, не остановят, а перебить десяток бледно-желтых гоблинов не составит никакого труда...» (повторная ссылка: журнал «Няня» № 9, 2002)

Подобные ужасы не только пугают детей, но и притягивают. В азарте игры ребенок становится кровожадным, ему нравится быть сильным, убивать и мучить.

В западном обществе одной из центральных тем современных психологических исследований является проблема агрессивности несовершеннолетних и связанных с ней правонарушений.



Есть люди, которые выступают против игр и обвиняют игровую индустрию во всех смертных грехах. Однако данные многочисленных работ на эту тему свидетельствуют о том, что игры с кровожадным содержанием способны стимулировать агрессивность только у детей младшего школьного возраста (6—9 лет). Впрочем, точно так же влияют на детей фильмы, телепрограммы и рекламные ролики с элементами насилия.

Самая громкая трагедия, связанная с компьютерными играми. Два подростка расстреляли двенадцать одноклассников, учителя и ранили еще несколько человек.

разбрасывая самодельные гранаты. После чего покончили жизнь самоубийством. Очевидно, что дети сошли с ума. Однако в любительском фильме, снятом перед последним походом в школу, один из приятелей говорит, что готовящееся действие будет «чем-то вроде гребаного Дума».

Именно эта фраза и сходство инцидента с сюжетом компьютерной игры послужили поводом для иска, который родители погибших детей предъявили к производителям компьютерных игр.

Конечно же, такие обвинения небезосновательны, но хочется разобраться: на самом ли деле в этом виноваты одни только компьютерные игры? Сколько их за год выходит и сколько людей в них играет? Разве можно сравнить то, что есть в играх, с избытком ужасов и насилия в кинематографе? Причем там все показано гораздо нагляднее и красочнее, чем в любой даже самой технологически совершенной игре. Не так ли? В фильмах можно увидеть действительно страшные вещи: и то, как надо готовить преступления, и то, как легко и весело убивать людей. Компьютерным игрушкам пока до этого далеко. А кроме кино есть еще и телевидение, где любой криминальный репортаж наглядно демонстрирует способы лишения жизни себе подобных самыми разнообразными средствами.

Как же можно обвинить создателя агрессивной игры в том, что ваш ребенок стал кровожадным? Разве не вы сами купили ему эту игру или дали денег на ее покупку? Не вы ли радовались, что ребенок часами играет за компьютером и дает вам наконец возможность спокойно поговорить по телефону, почитать газету, посмотреть футбол? Разве не вы виноваты в том, что ему с компьютерными монстрами интереснее проводить время, чем с вами?

ВНИМАНИЕ! Неустойчивую психику маленького ребенка постарайтесь максимально долго оберегать от действительно жестоких сцен в играх.



Если в вашей семье старший сын или папа обожают попасть по монстрам, на экране дым столбом, кровь фонтанами, а из динамиков несутся душераздирающие стоны и непрерывная стрельба — не позволяйте малышу находиться рядом с компьютером. Но от отца или брата, занимающегося «постройкой нового города» или сидящего за «штурвалом космического корабля», возможно, отгонять ребенка и не стоит. Из всего можно извлечь пользу.

Рассказывает мама 4-летнего Илюши: «Папина игра в «Parkan» стала для нашего сына началом бесед об астрономии, а кроме того, он резко начал выговаривать букву «Р», нарисовал несколько потрясающих космических пейзажей и рас-

красил и вырезал бесчисленное множество роботов и космических кораблей, которые я терпеливо срисовала с сопровождающей игрой книжицы (Илюше было четыре года, и он быстро научился пользоваться ножницами)».

Замкнутость

Компьютер дает ребенку возможность перенестись в другой мир, который можно увидеть, с которым можно поиграть. В то же время ребенок все больше отвергает реальный мир, где ему грозят ошибки, неуспех, негативные оценки и необходимость что-то менять в себе. В «реале», столкнувшись с препятствиями, ему вряд ли удастся преодолеть их теми же способами, что и в играх. Уход в виртуальную «действительность» может сформировать у ребенка психологическую зависимость от компьютера. Особенно это опасно для застенчивых детей. Общение с окружающими требует от них слишком сильного психоэмоционального напряжения, ставит их в ситуацию дистресса, и тогда на смену реальному общению приходит псевдообщение — с компьютером.

Ребенок, играющий в компьютерную игру, имеет прекрасную возможность почувствовать себя сильнее, смелее, красивее. Слово по волшебству, он становится настоящим героем! Игры открывают для него новый мир. Там ребенок чувствует себя великим полководцем, космическим воином; он учится хитрости, ловкости, смелости и мудрости, но не реальной.

Это все в его мыслях и мечтах: повелитель галактик, самый быстрый гонщик, самый бесстрашный летчик, строитель, исследователь, первооткрыватель, архитектор и т. д. и т. п. Если в виртуальном мире все происходит так, как хочет он, зачем оттуда выходить?

Чтобы избежать замкнутости ребенка, больше разговаривайте с ним, интересуйтесь его чувствами и впечатлениями и акцентируйте его внимание на положительных эмоциях, связанных с событиями реальной жизни. Позже он сам поймет, что мир вокруг него более красочный и интересный, чем компьютерная реальность.

Если действительность, окружающая вашего ребенка, достаточно эмоционально окрашена, если у вас с ним теплые, доверительные отношения, ему не захочется сбегать в виртуальные миры.

Уход от реальных законов

Еще одна опасность кроется в условности «жизни и смерти» компьютерного героя, того, с кем ребенок по ходу игры невольно начинает себя отождествлять. Пять жизней израсходовано, но есть еще шестая и можно выиграть седьмую, восьмую и т. д. Смерти не существует: умерев, ты можешь «воскреснуть» и все начать сначала.

Отсутствие логической связи, причинно-следственных отношений, ощущения необратимости смерти, в конце концов, тоже влияет на сознание и подсознание ребенка. Не в этом ли причина роста детского суицида?

Почему дети, вполне вроде бы благополучные, не из-за замечания в дневнике, и даже не из-за несчастной любви, в одиночку и компаниями слетают с крыш многоэтажек... Просто так... Может быть, они думают, что не разобьются, а встанут и пойдут дальше, или им кажется, что у них в запасе еще пять-шесть жизней... По крайней мере, такую гипотезу неоднократно высказывали психологи, комментируя случаи «беспричинного» самоубийства детей.

В уходе ребенка в виртуальную реальность таится определенная опасность для его психического здоровья, это очевидно.

Но и сам уход, в свою очередь, может быть сигналом неблагополучия отношения ребенка с реальным миром. Если в реальной жизни он имеет достойную альтернативу виртуальным мирам — понимающих, любящих родителей, друзей, разнообразные интересы, — то вряд ли в одночасье бросит все это ради компьютера.

ВНИМАНИЕ! Раз ваш ребенок «уходит» в виртуальный мир, значит, вам необходимо разобраться, чего ему не хватает в окружающей действительности.

По данным Интернета, психологами в течение 5 месяцев проводилось исследование влияния компьютерных игр на пользователей 9—16 лет. Оно показало, что «введение компьютерных игр в структуру увлечений изменяет Предпочтения других видов досуговой активности и их интенсивность лишь на несколько недель; в течение трех месяцев у большинства пользователей восстанавливается прежняя структура хобби. Интересен и другой результат, который опровергает расхожее мнение: у игроков в компьютерные игры, по сравнению с их сверстниками, наблюдается более адаптивное социальное поведение. У подростков не обнаружили и серьезных нарушений психической деятельности или симптомов «компьютерной зависимости».

Таким образом, это исследование еще раз подтверждает, что «компьютерная зависимость» является не правилом, а скорее исключением. Ей подвержены в основном те дети, которые испытывают дискомфорт при встрече с реальностью.

КОМПЬЮТЕР И ОДАРЕННЫЕ ДЕТИ

Особенно опасным, по мнению психологов, может оказаться общение с компьютером одаренных детей.

Часто случается, что одаренный ребенок и так довольно одинок.

Общение со сверстниками его не занимает, взрослые относятся к нему как к несмышленищу, в то время как в голове маленького вундеркинда мысли, которые и не каждый взрослый способен понять. Для таких детей компьютер может стать единственным «понимающим» собеседником. Вот где можно найти достойное «общение», вот где можно доказать истинное величие своего интеллекта. Одаренные дети, не имея возможности найти свое место в реальном мире, счастливы бывают, обретая его в виртуальной реальности. Эти дети, как показывают многочисленные исследования, в меньшей степени, чем их одноклассники, нуждаются в помощи взрослых. В процессе познания они проявляют высокий уровень самостоятельности, широко используют «саморегуляционные стратегии» обучения и легко переносят их на новые задачи. При этом степень «автономного самообучения», по мнению некоторых специалистов, может выступать в качестве своеобразного индикатора, указывающего на наличие выдающихся способностей.

Многочисленные исследования показали, что опасность кроется в диссинхронии — несоответствии уровней интеллектуального и других аспектов развития. Причем, если говорить об одаренных детях, это неисключительное, а, напротив, весьма типичное явление.

«Высокий уровень интеллектуального развития, — пишет российский психолог, специалист по детской одаренности Ю.Д. Бабаева, — не гарантирует столь же высокого уровня развития психомоторных и коммуникативных способностей. Широкое использование новых информационных технологий может привести к существенному

усилению негативных аспектов подобной диссинхронии. В условиях информатизации имеющиеся у ребенка дефекты в общении не только не будут преодолеваться, а, напротив, могут усугубиться. Одаренные дети входят в «группу риска» и по отношению к таким негативным последствиям информатизации, как «интернет-зависимость», «игровая компьютерная наркомания» и т. п.».

Сидит себе такой одаренный ребенок за компьютером, сам постигает все новые и новые его возможности, получает удовлетворение от того, что может решать задачи, непосильные большинству сверстников. Сам развивается, сам радуется успехам, царь и бог своего виртуального мира.

Часто случается, что одаренный ребенок становится хакером. Благодаря своим уникальным способностям, он с легкостью преодолевает все возможные преграды, что вполне может способствовать появлению непомерно высокой самооценки и еще больше отдалить его от сверстников.



Кто такой хакер? В современном мире этим словом называют людей, которые в совершенстве владеют компьютерными знаниями, пылкий ум которых позволяет им «взламывать» любые программы, разгадывать шифры самых засекреченных сайтов. В распространенном представлении такой человек теряет свой человеческий облик, становится чем-то вроде «компьютерного лешего» — грязный, немывтый, нечесанный, с безумным взором. Впрочем, в большинстве случаев это только мифы.

У детей-хакеров редко бывают друзья среди ровесников — это почти неизбежная плата за любой талант. Как и все дети, они совершают ошибку, считая все происходящее с ними уникальным. Они ищут друзей среди взрослых, стараясь найти тех, кто будет общаться с ними на равных. Они умеют в двенадцать-шестнадцать лет то, чему другие учатся в двадцать пять — сорок. Они могли бы стать отличными программистами, но пока их привлекает сладость запретного плода, возможность получить недозволенное.

К школьному психологу обращается папа Никиты (12 лет), жалуясь, что сын стал хакером, что ничего, кроме компьютера, его не интересует, что он не признает никакого другого общения, кроме виртуального. Родители попытались ограничить время, которое он проводит за компьютером. Это привело к тому, что мальчик убегает из дома и фактически живет в компьютерном клубе. Психолог рекомендует папе попросить сына о помощи в составлении какой-нибудь компьютерной программы, организовать совместную деятельность за компьютером. Результат: мальчик стал чаще общаться с отцом, причем темы бесед не ограничи-

ваются только миром компьютера.

Специальное исследование, касающееся феномена хакерства, провела Ю.Д. Бабаева. Было опрошено 900 человек различных возрастных групп и профессий. Многие из них считают, что хакеры обладают весьма высоким уровнем интеллектуального развития и ярко выраженными творческими способностями. На сегодняшний день для подтверждения или же, напротив, опровержения этих «житейских» представлений пока не хватает соответствующих научных данных. В научном сообществе также нет общепринятой точки зрения относительно конкретных причин, приводящих к возникновению феномена хакерства. Наиболее часто упоминаемые гипотезы связывают его с трудностями в общении, а также со стремлением к самоутверждению. Согласно существующим данным, хакерство нельзя рассматривать лишь как негативное явление. Этот неоднозначный феномен еще требует специального изучения.

Подводя итоги, хочется предложить вам, дорогие родители, небольшой экскурс в историю. Еще не забыты те времена, когда в научных сообществах, на страницах газет и журналов велись дебаты о «книголюбах». Может быть, вы сами, а может быть, ваши родители, дяди и тети читали книги, что называется, «запоем». Еще не закончив одну, тут же кидались на поиски следующей. Культовые писатели Ремарк, Сэлинджер, Хемингуэй, Фицджеральд и многие-многие другие открывали перед нами свои манящие миры. Миры, наполненные высокими чувствами и необыкновенными приключениями. На них вырастали «книжные люди», которые были так же далеки от реальности, как сегодняшние хакеры. Это явление волновало общественность не меньше, чем сейчас «компьютеромания», его тоже изучали и делали всевозможные прогнозы о полной оторванности от реальности и неспособности к жизни «книгоманов». И говорили о том, как портится зрение и искривляется позвоночник...

Затем пришла эпоха телевизоров. И все было очень похоже. Разговоры о том, что телевидение заменит театр и кино, книги и музыку. Телезрители сутки напролет сидели перед экранами. «Телевидение, — писали американские научные издания, — это не просто электронная игрушка или одно из многих развлечений. Оно оказывает огромное воздействие на семейные взаимоотношения и традиции, в том числе и на жизнь детей. В 1950-е годы только одна семья из двадцати имела телевизор; десять лет спустя телевизоры были уже у 90% американских семей. Сегодня 98% семей имеют как минимум один телевизор, а некоторые — даже три или четыре».

Фактически у телевизора дети стали проводить больше времени, чем за любым другим занятием (исключая, пожалуй, только сон). В 1993 году средний статистический ребенок смотрел телевизор приблизительно 7,5 часа в день.

Многие исследователи считают, что, показывая детям по телевизору огромное количество сцен насилия, мы приучаем их к мысли, что агрессия — общепринятый выход из ситуаций, вызывающих фрустрацию. Некоторые, напротив, утверждают, что насилие, которое дети видят по телевидению, может служить замещением реальной агрессии, в результате чего агрессивность детей снижается, а не возрастает (Feshback & Singer, 1971). Хотя вторая теория и заманчива, полученные в ходе исследований данные не подтверждают ее. Неоднократно возвращаясь к данной проблеме, ученые пришли к выводу, что демонстрируемые по телевидению сцены насилия вызывают небольшое, но статистически значимое увеличение агрессивности зрителей.



Этот список «виртуальных миров» можно продолжить. Вспомним, например, о музыке. Разве мало вы знаете подростков, которые целыми днями сидят в наушниках или терзают свою гитару, забывая есть, пить и делать уроки? Увлечение театром и кинозвездами, коллекционирование марок и значков — тоже своего рода уход от реальности.

Одним словом, если ваш ребенок чересчур увлечен компьютером, постарайтесь его понять...

И напоследок еще несколько советов, которые помогут вам в решении данной проблемы:

- Не спешите вести ребенка к врачу или психотерапевту, если он «заболел» компьютером. Сначала сами попробуйте до него достучаться.
- Проводите с ребенком больше времени. Вспомните игры, которые вас самих занимали в детстве. Если память подводит, обратитесь к соответствующей литературе. Поделитесь с ребенком секретами этих игр и не ленитесь играть вместе с ним — получите огромное удовольствие.
- Почаще давайте ребенку в руки кисти, мозаику, пластилин или глину. Занимайтесь с ребенком совместным творчеством.
- Вспомните, что где-то рядом с вами есть парки, музеи, выставки. Заведите традицию куда-нибудь вместе ходить хотя бы раз в неделю. Совместные прогулки вас очень сблизят.
- Никогда не награждайте ребенка игрой на компьютере. Это может придать особый престиж такому времяпрепровождению. А ваша задача скорее состоит в том, чтобы снизить ценность общения с компьютером. Если допуск к машине становится поощрением за успехи, лишение его — наказанием за провинности, это может только усугубить ситуацию.

Все это очень нелегко. Но если приложить усилия и найти взаимопонимание с ребенком, вы вместе сможете пережить и эту волну «компьютеромании», и все прочие, ожидающие нас в будущем.



Глава 17. ЕСЛИ РЕБЕНКУ ТРУДНО В ШКОЛЕ

Как только ребенку приходит время идти в школу, вся семья сталкивается с целым рядом проблем. Они связаны с психологическим состоянием малыша, который оказывается оторванным от привычного режима, а также с психологическим состоянием взрослых, вынужденных вместе со своим сыном или дочкой адаптироваться к новым условиям. Чтобы школьная пора не воспринималась столь трагично, родителям следует вовремя подготовить ребенка к изменениям в его жизни. Причем эта подготовка не должна ограничиваться обучением определенным умениям и навыкам, необходимым в школе. Гораздо важнее психологическая готовность ребенка к школе, включающая в себя умение слушать взрослого, подчинять свое поведение определенным правилам, а также общаться со сверстниками и т.д. В будущем именно это поможет избежать целого ряда проблем.

В этой главе я постараюсь рассказать вам, дорогие родители, как помочь ребенку наиболее безболезненно вступить в новый период его жизни, как облегчить ему процесс обучения и адаптации к незнакомому коллективу, как увлечь его тем или иным предметом. Надеюсь, что мои рекомендации позволят вам также найти подход к ребенку, установить с ним доверительные отношения.

Первое сентября! Практически у каждого человека с этим днем связаны волнующие и трогательные воспоминания. Память надолго сохраняет день, когда мы в первый раз идем в школу, вооружившись пока еще легкими ранцами и огромными букетами цветов. Рядом с первоклассниками — мамы и папы, бабушки и дедушки, которые волнуются не меньше своих чад. Как там наш? Как он себя чувствует? Не будет ли он переутомляться? Как сложатся его взаимоотношения со сверстниками и учителями? На эти вопросы невозможно ответить однозначно, поскольку все зависит от того, каким ребенок пришел в первый класс. Начало обучения — это в некотором роде экзамен для всей семьи.

Как только маленький человечек поступает в школу, к нему сразу меняется отношение взрослых, и не только к нему, но и к его занятиям, увлечениям. Оно становится более серьезным. Родители и другие близкие родственники видят в первокласснике не капризного малыша, а полноценную личность, способную самостоятельно прини-

мать решения. Да и сам ребенок, осознавая всю важность момента, чувствует себя повзрослевшим.

В большинстве своем дети бывают морально и физически готовы к школе, как правило, с первого дня они осознают, что вступают в совершенно новый период жизни. Они чувствуют себя повзрослевшими, и им и в голову не приходит, что можно пропустить занятия просто так, без уважительной причины, хотя совсем недавно, случалось, просили родителей не водить их в детский сад, оставить их дома. Школа — это совсем другое, и дети это прекрасно понимают.

Такое отношение к школе у большинства детей появляется еще до того момента, как сами они становятся учениками.

Я провела простое исследование, суть которого заключалась в следующем: я раздала шестилетним дошкольникам карточки, на которых были написаны различные эпитеты: «красивый», «хороший», «умный», «глупый», «рассеянный» и т. п. Перед ребятами стояли две коробки, на одной из которых был изображен играющий ребенок, символизирующий дошкольника, а на другой — держащий в руке портфель школьник. Затем я читала слово, а ребята должны были класть карточку с этим словом в коробку, к которой она, по их мнению, больше подходит.

Результаты этого исследования приятно удивили, поскольку подавляющее большинство детей отнесли все положительные эпитеты к школьнику.

Почему у них сложилось такое представление? В первую очередь это влияние родителей и старших братьев и сестер, если таковые имеются, чьи положительные эмоции, связанные со временем, проведенным в школе, передаются младшему в семье. Да и от других взрослых ребенку часто приходится слышать: «Сколько тебе лет? Шесть? Как здорово, значит, в сентябре пойдешь в школу. Молодец!» К тому же для дошкольника школа — этаким символом «взрослости», а детям обычно свойственно стремление как можно быстрее повзрослеть.

Но, конечно же, не только высказывания старших определяют отношение ребенка к школе. К этому его готовит практически все дошкольное детство. И ведущая роль здесь принадлежит игре. Именно она направляет любознательность малыша на постижение окружающей действительности, порождает желание реально, а не «понарошку» включиться в сложный мир взрослых. В процессе игры ребенок знакомится с различными профессиями, при этом он сталкивается с тем, что еще практически ничего не знает и не умеет. А где всему учат? Разумеется, в школе.

Итак, к шести годам у большинства детей появляется желание стать школьниками. Если же этого не произошло, значит, ранее в воспитании ребенка были допущены какие-либо просчеты и ошибки.

Как этого избежать? Как сделать, чтобы он с удовольствием ходил в школу? Как помочь привыкнуть к необычной для него обстановке? Эти и другие вопросы я затрону чуть позже. А пока постараемся выяснить, почему у ребенка возникает негативное отношение к школе, и выявить видимые причины такого отношения.

ПРИЧИНЫ ТРУДНОСТЕЙ

Ребенок плохо подготовлен к школе

Когда ребенок начинает ходить в школу, родители могут столкнуться с весьма досадной проблемой: он учится с большим трудом, ему тяжело усвоить новый материал, в классе он считается одним из отстающих. А ведь сами родители неоднократно замечали любознательность, трудолюбие и явные способности своего ребенка. Как объяснить столь удивительный парадокс, когда умный мальчик или девочка не могут справиться с обыкновенной школьной программой?

Родители обычно достаточно болезненно воспринимают подобную ситуацию. К ребенку нередко начинают применять различные карательные меры, которые на самом деле только усугубляют положение вещей. Он продолжает плохо учиться, в то время как его одноклассники радуют педагогов и родителей успехами.

Зачастую бывает гораздо легче не допустить возникновения подобной ситуации, чем потом пытаться исправить положение. Поэтому в данной книге мы рассмотрим возможные профилактические меры, которые будут полезны родителям, чей ребенок в скором времени должен отправиться в школу, а также некоторые методы, способные исправить негативную ситуацию, сложившуюся у ребенка в процессе обучения.

Начиная разговор о проблемах, связанных с обучением в школе, следует сказать, что очень часто в отсутствии школьных успехов детей есть немалая Доля вины их родителей. Нередко мама и папа не уделяют должного внимания подготовке ребенка к школе, со спокойной совестью перекладывая всю ответственность на плечи учителя. Но в современной школе педагоги привыкли иметь дело с уже подготовленными детьми. Поэтому первоклашки, не обладающие определенными знаниями, воспринимаются учителями и одноклассниками как неумехи и незнайки. Естественно, что такие дети просто не могут хорошо учиться, так как у них нет той начальной базы, на которую должны ложиться новые знания.

Если подобное происходит, винить ребенка по меньшей мере странно. В данном случае основная часть вины ложится на плечи родителей, не сумевших должным образом подготовить его к школе.

Подчас родителям трудно определить степень готовности своего ребенка к восприятию новых знаний. Им кажется достаточным, если ребенок выучил буквы, стихи, знаком с известными сказками и некоторыми детскими литературными произведениями. Именно поэтому они спокойно отправляют его в школу, будучи уверенными, что он имеет необходимую базу знаний. Еще десятилетие назад дети приходили в первый класс, не имея практически никакой предварительной подготовки. Поэтому сначала с ними изучали азбуку, цифры, а уже потом учили читать, считать и писать.

Но сегодня ситуация коренным образом изменилась. Как правило, дети еще до школы учатся читать, писать и выполнять несложные арифметические действия. Естественно, что на этом фоне ребенок, не владеющий подобными умениями, будет чувствовать себя весьма неуютно. Ведь он не сможет вместе со сверстниками выполнять все задания учителя. Да и педагогу придется отвлекаться, чтобы объяснить отстающему то, что ему неизвестно, а для остальных — давно пройденный этап. Подобные досадные причины и приводят к тому, что у первоклассника формируется абсолютно негативное отношение как к школе в целом, так и к процессу обучения. Маленькие дети ничуть не менее взрослых нуждаются в том, чтобы окружающие при-



знавали их успехи. А о каких успехах может идти речь, если ребенок не может наравне с одноклассниками справиться с элементарными заданиями?

Все вышесказанное должно заставить родителей задуматься о подготовке ребенка к школе. При этом следует учитывать, что каждая школа имеет свою шкалу требований, которой должны соответствовать дети при поступлении в первый класс.

Папам и мамам следует еще до начала занятий проконсультироваться с учителями, чтобы уточнить степень необходимой подготовки будущего первоклассника.

Во многих школах и гимназиях существуют специальные подготовительные классы, в которых занятия проводят опытные педагоги. Вряд ли будет разумным отказываться от такой формы подготовки к школе, потому что самостоятельно заниматься с ребенком очень трудно. К тому же далеко не все мамы и папы обладают необходимыми педагогическими знаниями. При том что большинство опытных педагогов склоняются к мысли, что нецелесообразно родителям самим учить ребенка чтению, письму или математике, потому что в школе или гимназии занятия проводятся совершенно по другим методикам и нередко учителям приходится переучивать детей. А подобный процесс часто бывает очень трудным и болезненным. Всего этого как раз и можно избежать, если ребенок будет посещать подготовительный класс, где с ним будут заниматься педагоги, имеющие профессиональную подготовку.

Помимо чтения, счета и письма, подготовка к школе обязательно должна включать в себя развитие речи, памяти, моторных навыков. А тому в первую очередь способствует регулярное общение ребенка со взрослыми членами семьи. Так, обычно лучше всего удается вести беседы тем детям, чьи родители с ранних лет уделяли ребенку достаточно внимания, разговаривали с ним на разные темы, всегда интересова-

лись его мнением по тому или иному поводу. Простой пример — собираясь на прогулку, у ребенка можно спросить: «Как ты думаешь, куда нам лучше всего пойти? И почему?» Ребенок должен ответить, куда бы он хотел отправиться, и при этом объяснить свой выбор. В процессе разговора родители могут задавать наводящие вопросы (например, в какие игры можно играть на прогулке в разные времена года?). Подобные беседы можно вести с ребенком уже начиная с трех лет.

Предлагайте ребенку вопросы, требующие четкого логического продолжения. Например: «Если за окном идет снег, как будет выглядеть улица?» Благодаря таким вопросам ребенок учится наглядно-образному и логическому мышлению. Он мысленно представляет себе заснеженную улицу и начинает описывать ее характерные признаки. Эти упражнения не занимают много времени, но приносят хорошие результаты.

Для развития памяти можно использовать различные игры, в которых, помимо ребенка, будут участвовать как его сверстники, так и взрослые. Вот пример простой игры, которая хорошо тренирует память: взрослый человек выбирает несколько мелких предметов (это могут быть брелок, ключи, зеркальце, карандаш, часы и т. д.) и кладет их на стол. Первоначально следует ограничиться небольшим количеством предметов, достаточно 6—7 наименований. Ребенку нужно в течение одной-двух минут внимательно смотреть на разложенные предметы, затем отвернуться и, не глядя на стол, перечислить, что на нем находится. После нескольких сеансов игры количество предметов можно увеличить. Для того чтобы ребенку было интереснее, к игре желательно привлекать его друзей. Разумеется, для каждого участника набор предметов должен быть разным.

Кроме этого, следует как можно чаще обращаться к ребенку с просьбой, чтобы он напомнил папе или маме о чем-либо, например, в магазине — о необходимости сделать какую-либо покупку. Также следует предлагать ребенку вспомнить, что он видел в театре, в гостях, в парке, на улице и т. д. Иначе говоря, ребенок должен тренировать память, фиксируя свое внимание на мелочах.

Проследите, запоминает ли ребенок то, что вы читаете или рассказываете ему, или то, что он смотрит по телевизору. Обращайтесь с просьбами пересказать содержание понравившейся книги или фильма, когда после прочтения или просмотра уже прошло определенное время. По ответам ребенка можно будет сделать вывод относительно того, насколько хорошо он запоминает новую информацию.

Для развития моторных навыков ребенка необходимо приучать к рисованию, лепке из пластилина или глины, изготовлению различных поделок, занятиям с конструктором и мозаикой и т. д.

Все эти игры направлены на развитие мелкой моторики рук. Одновременно ребенок приучается к внимательности, тренирует наблюдательность и вырабатывает усидчивость и желание довести начатую работу до конца. Подобные занятия рекомендуются детям, начиная с четырех-пяти лет. Разумеется, сложность задания должна соответствовать возможностям и интересам вашего ребенка. Желательно, чтобы вначале ребенок занимался под руководством взрослого. В этом случае вовремя будет сделана необходимая подсказка, без которой ребенок может растеряться в случае возникновения каких-либо трудностей.

Развитие мелкой моторики рук положительно влияет на формирование психики ребенка, а также способствует развитию мышления. Поэтому такие занятия следует

проводить с детьми как можно чаще. Если ваш ребенок слишком непоседлив, чтобы увлечься собиранием мозаики или лепкой из пластилина, приучайте его к этому постепенно. Сначала вы можете продемонстрировать ему красивые поделки, изготовленные вами или кем-то из ваших знакомых. А затем предложите ребенку попробовать свои силы и фантазию и сделать что-то подобное.

Как правило, большинство детей с удовольствием соглашаются с предложением попробовать себя в роли мастера. Особенно если вы покажете ему по-настоящему интересный предмет, изготовленный кем-то из сверстников. Это может быть красивый домик, сделанный из веточек или прутиков; или статуэтки из гипса или соленого теста, или игрушки, сделанные из деталей конструктора. Причем ребенка может заинтересовать не только сам процесс изготовления какой-либо поделки, но и возможность провести время с кем-то из родителей, смастерить что-то вместе. Детям нравится сама мысль о том, что они выросли, поэтому могут попробовать «работать» наравне со взрослыми. Такие занятия принесут ребенку много полезных навыков. А руки получают необходимую тренировку при работе с мелкими деталями, в связи с чем впоследствии ребенку будет намного легче научиться аккуратно писать.

Готовность ребенка к школе также предполагает умение действовать согласно определенным правилам, а также слушаться взрослых.

В школе ребенку придется независимо от своего желания выполнять необходимые задания в строго установленное для этого время. Иногда именно этот фактор является камнем преткновения для ребенка, который привык распоряжаться временем по собственному усмотрению. Особенно тяжело привыкать к новому строгому режиму очень подвижным детям, а также тем, для кого раньше никогда не существовало такого понятия, как «распорядок дня». Поэтому родителям следует хотя бы за несколько месяцев до школы приблизить режим дня ребенка к такому варианту, с которым он столкнется в школе. То есть нужно четко установить временные границы, отводящие ему на игры и на занятия, например на чтение или рисование.

Говоря о распорядке дня, можно еще раз подчеркнуть важность и целесообразность подготовительных занятий, которые проводятся с будущими первоклассниками в школах и гимназиях. Занимаясь в коллективе, состоящем из сверстников, ребенок вынужден подчиняться определенным правилам. К тому же условия обучения в подобных группах самым наилучшим образом соответствуют физиологическим особенностям детей в возрасте шести-семи лет. Так что родители могут не беспокоиться, что нагрузка окажется для них чрезмерной.

В школе ребенок вынужден будет мириться со множеством ограничений, поэтому целесообразно заранее приучить его подчиняться командам взрослого. Сформулирую свою мысль более просто: ребенок должен слушаться старших. В рамках одной книги невозможно вести более пространный разговор о сложной и многогранной проблеме воспитания детей, включающей в себя и фактор подчинения ребенка требованиям взрослых. Поэтому ограничусь всего лишь напоминанием родителям о необходимости решения данного вопроса. Иногда самостоятельно привить ребенку дисциплинированность оказывается очень трудно, поэтому имеет смысл обратиться к детскому психологу, который подробно разберется в ситуации и поможет найти нужное решение.

При подготовке ребенка к школе родители должны соблюдать осторожность и чувство меры.



Ни в коем случае нельзя пугать ребенка школой и требованиями, которые там предъявляются. Только при спокойном отношении со стороны взрослых, при их поддержке и внимании ребенок воспримет необходимость подготовки к школе с удовольствием. Большое значение здесь имеет умение родителей заинтересовать малыша получением знаний, потому что если ребенок по собственной инициативе захочет научиться чему-то новому, то и заниматься он будет охотнее.

Существует множество способов сформировать у ребенка интерес к той или иной информации. Например, в ответ на просьбу малыша почитать ему, скажите, что он сам может научиться этому и уж тогда прочтет любую книгу, какую пожелает. Не сразу, но со временем ваши доводы покажутся ему убедительными. Или, например, ребенок наблюдает, как вы работаете за компьютером. Он постоянно спрашивает, что означают те или иные знаки. Разжигайте его любопытство, чтобы ребенок захотел узнать цифры и научиться считать. После этого можно приступать непосредственно к процессу обучения. Так вы поможете своему сыну или дочери самым оптимальным образом подготовиться к школьной жизни.

Нередки случаи, когда, помимо основных занятий в подготовительном классе, ребенка заставляют изучать музыку, посещать спортивные секции, осваивать иностранный язык. Немудрено, что при такой загруженности ребенку очень трудно добиться каких-либо успехов в обучении.

Нередко родители, сами того не желая, являются виновниками того, что их дети не хотят ходить в школу. Дело в том, что часто они возлагают на ребенка слишком большие надежды и хотят, чтобы он превосходил во всем других детей. Когда он начинает проявлять повышенный интерес к какой-либо области знаний, родители тут же загораются и с энтузиазмом помогают ему. Видя неподдельный интерес родите-

лей, поначалу ребенок отвечает на него еще большим рвением. Но результат может оказаться прямо противоположным тому, которого ждут усердные родители, — ребенок будет чувствовать себя неуютно в компании сверстников, поскольку его слишком рано отвлекли от естественных занятий и превратили в «умника». И хотя для родителей вполне естественно радоваться, видя успехи своих детей, все же необходимо различать, где кончаются интересы ребенка и начинаются родительские амбиции.

Нельзя допускать, чтобы честолюбивые планы взрослых разрушали жизнь ребенка.

Иногда родители пытаются столь тщательным образом подготовить малыша, что его жизнь превращается в сплошные занятия по самым разным предметам. Но подобный подход также нельзя назвать разумным, таким образом можно начисто отбить у него охоту учиться.

Гораздо лучше развивать любопытство ребенка, постепенно подавая ему новую информацию. Ведь дети с восторгом воспринимают все новое, если оно кажется им увлекательным и интересным.

Все без исключения дети по-своему талантливы. Кто-то обладает умением рисовать, кто-то наделен талантом сочинителя, а кому-то легче даются точные науки. Перед школой родителям следует внимательнее понаблюдать за своим ребенком, чтобы выяснить, что именно удастся ему лучше всего, и попытаться развить эти задатки. Также можно проконсультироваться со специалистами-педагогами, которые помогут ребенку раскрыть свой потенциал. В школе подобные умения непременно пригодятся. С их помощью ребенок сможет проявить себя как личность среди сверстников, заинтересовать окружающих своим талантом и умениями и заслужить их уважение.

Отсутствие навыков общения в коллективе

Иногда ребенок наотрез отказывается ходить в школу совсем не потому, что ему тяжело учиться. На самом деле ему сложно адаптироваться в новом коллективе, трудно общаться со сверстниками. Подобная проблема особенно часто встречается у детей, которые ранее не посещали садик и большую часть времени проводили дома, с родными и близкими. Естественно, что в таком случае ребенок привыкает всегда быть в центре внимания. А теперь он оказался в незнакомом коллективе, в котором к нему относятся на равных, как ко всем.

Случается, что и детсадовские дети не обладают умением адаптироваться к новому коллективу, поэтому в школе у них также могут возникнуть проблемы с общением. Ситуация осложняется еще и тем, что коммуникабельные дети буквально с первых дней в школе находят себе друзей. А несколько замкнутый ребенок остается в одиночестве.

Как правило, основная вина в такой ситуации лежит на родителях, не сумевших привить своему ребенку навыки общения в коллективе.

Но родители обычно возражают против подобного обвинения. Они приводят различные доводы, например, что их ребенок всегда во время прогулок или в гостях активно общался со сверстниками. Соответственно они считают, что он в той или иной мере научился находить общий язык с окружающими. Конечно, родителей можно понять. Они видели не раз, как их малыш спокойно играл с кем-то из детей соседей или родственников. И поэтому делают вывод, что у него в будущем не возникнет проблем с общением.



Но, дорогие родители, давайте разберемся подробнее в данной проблеме. Если ребенок играет с другими детьми под неусыпным надзором взрослых, это совсем не значит, что он сумеет удачно построить свои отношения с одноклассниками, когда окажется лишенным поддержки нежной и заботливой мамы или бабушки. Те игры были кратковременны, и при любой конфликтной ситуации взрослые немедленно брали инициативу в свои руки и улаживали дела. А ребенку необходимо было научиться самостоятельно отстаивать свое место среди подчас не совсем доброжелательно к нему настроенных сверстников.

Так что непродолжительное общение с другими детьми, которое происходило на прогулке или в гостях, мало что значило. Если ребенок до школы никогда не находился в коллективе сверстников в процессе повседневного общения, у него практически нет шансов быстро и легко построить отношения с одноклассниками. Зачастую в подобных обстоятельствах ребенок становится одиночкой, потому что ему трудно найти друзей.

Чаще всего дети, не владеющие навыками общения в коллективе, не могут отстаивать собственного мнения. И поэтому они вынуждены идти на поводу у других ребятнишек, обладающих более сильными характерами. Если ребенок не желает этого делать, ему приходится сталкиваться подчас с агрессивной реакцией одноклассников. Ведь дети бывают очень жестоки, и особенно это качество проявляется по отношению к физически или психологически более слабым сверстникам. Поэтому у неподготовленного ребенка жизнь в школе оказывается очень и очень непростой.

В дальнейшем проблемы с общением перерастают в серьезные комплексы, справиться с которыми без помощи специалиста практически не-

ВОЗМОЖНО.

Существует множество способов помочь своему ребенку адаптироваться в классе. Желательно задуматься об этом гораздо раньше, чем ему придет время отправляться в школу. В этом случае и у ребенка, и у родителей окажется намного больше времени и возможностей. Ведь чем младше дети, тем легче они привыкают к новым обстоятельствам. Это напрямую касается и умения общаться со сверстниками. Маленький ребенок легко находит общий язык с такими же, как он, прелестными карапузами, с которыми он играет в одной песочнице. Однако по мере взросления дети начинают враждебнее воспринимать друг друга. Отсюда и возникают различные сложности.

Решив понемногу приучать своего ребенка к общению с другими детьми, присмотритесь повнимательнее к его поведению. Если он замкнут, робок, стеснителен, ему в школе будет трудно. Значит, родителям надо помочь ему обрести уверенность в себе и в своих силах. Не секрет, что чаще всего дети бывают робкими и стеснительными в том случае, если в семье не самая благоприятная обстановка. Например, родители чрезмерно заняты собой, а ребенок не получает должного тепла и внимания. Именно таким детям впоследствии оказывается сложно адаптироваться в школе.

Если ребенок ходит в детский сад, это снимает многие проблемы. Не сразу, но постепенно он приобретает в детском саду умение общаться со сверстниками. Иначе говоря, детский сад выступает как первичная социализация ребенка, дающая необходимые навыки общения.

Если ребенок до школы остается дома, тут все гораздо сложнее. Особенно ситуация обостряется, если у малыша нет сестер или братьев, а значит, он лишен постоянного общения с другими детьми.

Очень часто заботливые родители пытаются помочь ребенку, если видят, что он неуютно себя чувствует среди сверстников. Но иногда тем самым они оказывают ему медвежью услугу. Сплошь и рядом мы наблюдаем, как заботливая мама немедленно начинает ругаться на детишек, которые, по ее мнению, обидели ее сына или дочь. А на самом деле все карапузы просто играли и обижать никого не собирались. К сожалению, дети, которых с пеленок окружает гиперопека взрослых, вырастают изнеженными и не умеющими себя защитить. И, как это ни печально, приходится признать, что в этом есть изрядная доля вины родителей. В школьном возрасте подобные проблемы решать становится сложнее. Но их появление можно предотвратить.

Так что, уважаемые родители, прислушайтесь к нашим советам, пока ребенок еще не отправился в школу. Обратите внимание на свое поведение. Может быть, когда ваш малыш, играя со сверстниками, вдруг заплачет, вы немедленно берете его за руку и уводите от других детей... Иногда родители поступают именно так, не подозревая, что своим поведением подготавливают в будущем почву для возникновения многих проблем.

В сознании ребенка закладывается, что дети, обижающие его, намного хуже, чем он сам. Поэтому не имеет никакого значения, что они не хотят с ним играть. Пусть так, зато любящая мама обязательно будет рядом и решит все проблемы. Таким образом, ребенок бессознательно пытается оградить себя от обиды, нанесенной ему сверстниками. По мере взросления, согласно подобной установке, он будет просто избегать каких-либо контактов со сверстниками. И до тех пор, пока не придет время ему идти в школу, все будет замечательно. Но в школе ребенку так или иначе придется общаться с одноклассниками. А ему не так-то просто будет это сделать.



Значит, ребенка необходимо научить общаться со сверстниками уже в самом раннем возрасте. Поэтому родителям следует как можно чаще создавать ему оптимальные условия для игр с другими детьми.

Если ребенок не ходит в детский сад, старайтесь как можно чаще отпускать его гулять во двор, заведите знакомства с семьями, где есть дети примерно такого же возраста.

Кроме этого, родителям не нужно постоянно вмешиваться в детские игры. Даже если у ребенка отняли игрушку или он выглядит явно недовольным, не следует немедленно повышать голос и наводить порядок среди играющих. Таким образом можно только привить ребенку убеждение в его собственной беспомощности, ведь любые проблемы немедленно решают заботливые взрослые. Гораздо лучше понаблюдать за поведением ребенка, чтобы сделать соответствующие выводы.

Некоторые домашние дети бывают слишком хорошо воспитаны. Им трудно отказать другим детям, поэтому они всегда идут на поводу у более сильных сверстников. В этом случае родителям нужно попытаться помочь своему ребенку, научить отстаивать собственное «Я». Очень полезно играть с ним в ролевые игры, по ходу которых он должен научиться отказывать. Иногда бывает разумнее попросить провести такую игру родственников или знакомых, кого ребенок видит не очень часто. Таким образом у него формируются навыки культуры общения с практически посторонними людьми.

По ходу игры взрослый может обращаться к ребенку с самыми разными требованиями. Задача ребенка — найти убедительный повод, чтобы отказать от их выполнения. Например, взрослый просит его отправиться с ним на прогулку. А он должен

отказать, потому что собирается смотреть телевизор. Варианты просьб и отказов могут быть совершенно разными.

Задача родителей — привить этот навык ребенку, чтобы при отказе он не чувствовал себя неуютно. Это поможет ему в будущем отстаивать свои позиции при общении со сверстниками.

Нередко складывается и обратная ситуация. Например, ребенок слишком упрям, поэтому с другими детьми он ведет себя предельно эгоистично, требуя, чтобы все выполняли только его желания. Эгоистичное поведение и ощущение вседозволенности также могут быть следствием гиперопеки, когда ребенок был окружен повышенным вниманием со стороны всех родственников. Если у ребенка сильный характер, то он вполне может стать маленьким тираном сначала собственной семьи, а потом весьма умело перенесет свои умения манипулировать окружающими на детский коллектив. Такие дети обычно не страдают от обид окружающих, они вполне способны за себя постоять. Но тем не менее их существование в коллективе гармоничным и безоблачным назвать нельзя. Они, как правило, стремятся к лидерству, их поведение отличается повышенной агрессивностью. Они не обращают внимания на мнения одноклассников, стремясь к осуществлению собственных желаний. Но эгоизм и неумение идти на компромиссы крайне отрицательно воспринимаются сверстниками, и со временем ребенок может остаться в одиночестве, потому что у него просто не будет друзей.

Стремление ребенка всегда настоять на своем должно насторожить родителей задолго до того периода, когда ему придет пора идти в школу. Потакание же капризам и прихотям ребенка со стороны родителей и ближайших родственников как раз и приводит к таким нежелательным последствиям, которые были описаны выше.

Иногда эгоистичное поведение ребенка является следствием подражания властным родителям, которые стремятся подчинить себе окружающих людей. Ребенок поневоле начинает копировать поведение взрослых, особенно если в его характере для этого имеются все предпосылки.

Объем данной книги не позволяет рассмотреть все причины затрудненной социализации у детей. Я перечисляю лишь тревожные симптомы и основные причины их возникновения. Если ваш ребенок ведет себя эгоистично и даже агрессивно, не считаясь с желаниями окружающих, или, наоборот, он очень неуверен в себе, зависим, легко идет на поводу у более сильных сверстников, ваша задача — вовремя обратить внимание на эти проблемы и сделать все возможное, чтобы исправить положение. Не игнорируйте трудности ребенка, потому что сам он еще не в состоянии справиться с ситуацией.

Безусловно, в каждом конкретном случае нужны строго индивидуальные рекомендации. Я могу дать лишь некоторые общие советы. Например, попробуйте подробно разбирать с вашим ребенком различные модели поведения. Для этого вы можете выбирать придуманные или реальные истории, где герои попадают в различные ситуации, на примере которых ребенку можно продемонстрировать преимущества и недостатки определенных свойств характера.

Так, если родителям необходимо научить ребенка прислушиваться к чужим желаниям и мнениям, следует почаще читать с ним сказки или истории про эгоистичных и упрямых людей и каждый раз просить ребенка прокомментировать поведение того или иного сказочного героя и сделать выводы. Робкому и замкнутому ребенку предлагайте ситуации, в которых он сможет увидеть преимущества более открытого и общи-

тельного характера.

Родителям можно также посоветовать почаще приглашать в гости других детей и устраивать вместе с ними игры. По ходу игры мягко, но настойчиво провоцируйте такие ситуации, в которых ваш ребенок сам пытался бы прийти к согласию с другими играющими. Напомню также о том, что, если малыш не ходит в детский сад, желательно отдать его в какой-либо кружок или секцию. Пусть это и не решит всех проблем, но ребенок получит первичные навыки социализации и при этом хорошую спортивную подготовку или другие полезные умения.

Конечно, способов помочь своему ребенку развить коммуникативные навыки множество. Но иногда для точной диагностики проблемы и разработки методов по исправлению ситуации требуется квалифицированная помощь психолога. Если родители обратятся за консультацией к специалисту и не пожалеют времени и некоторых усилий, то ребенок избавится от многих проблем.

Школьные страхи

Нередко взрослые, желая припугнуть своего не в меру расшалившегося ребенка, говорят ему «Вот пойдешь в школу, там тебя научат хорошо себя вести!» Фраза может варьироваться, но смысл остается практически одинаковым — ребенка пугают школой, учителями, плохими оценками. Взрослым кажется, что благодаря таким комментариям ребенок будет серьезнее относиться к школе и ко всему, что связано с учебой.

Однако впоследствии оказывается, что все сказанное привело к совершенно противоположным результатам. К началу учебы в школе ребенок уже не может спокойно слышать о том, что его там ждет. Естественно, что с самых первых дней занятий он идет в школу с явной неохотой. На уроках он чувствует себя неуютно, боится, что его вызовут к доске, а он не сможет ответить, получит плохую оценку и т. д. А родители нередко еще и подливают масла в огонь, ругая или наказывая ребенка за неудачи, постоянно сравнивая его с другими детьми, которые учатся лучше.

Подобным образом у ребенка формируется стойкое негативное восприятие школы и самого себя. Он начинает считать, что он хуже других детей, ему кажется, что учителя им постоянно недовольны. Так взрослые целенаправленно вызывают у собственного ребенка невроз, а потом удивляются, что он не может хорошо учиться.

В этой ситуации родителям в первую очередь нужно разобраться с собственным поведением. Подумайте, уважаемые папы и мамы, разве вам хочется, чтобы ваш ребенок каждый день отправлялся в школу, как на каторгу? Так вы лишаете его радости от получения новых знаний, от общения со сверстниками. Ребенок начинает постоянно ждать чего-то плохого — низкой оценки, порицания от учителя, наказания от родителей. И вполне вероятно, что он никогда и ни при каких обстоятельствах не будет хорошо учиться. В лучшем случае он окажется посредственным учеником, еле-еле справляющимся со всеми требованиями школьной программы.

Ближайшее окружение дошкольника и в первую очередь его родители должны приложить максимум усилий для того, чтобы у ребенка не выработывался страх перед новым, еще неизведанным этапом его жизни. Для этого стоит почитать ему художественную литературу о школьной жизни, посмотреть вместе с ним передачи о школе и затем их обсудить. Можно привлечь будущего первоклашку к подготовке школьных праздников старших братьев или сестер, организовать семейное торжество по случаю успешного окончания им четверти, полугодия или года. Это поможет создать у ребен-

ка благоприятное впечатление о школе, предотвратит возникновение страха.



Родителям необходимо помнить, что большинство детей изначально не испытывают к школе каких-либо негативных эмоций. Но впоследствии это отношение зачастую меняется, что объясняется многими причинами, в частности, психической или физической неподготовленностью, строгой дисциплиной, неуспеваемостью, отсутствием контакта с одноклассниками или педагогами, личностной тревожностью или же влиянием взглядов близкого окружения ребенка.

Первоначальный этап пребывания в школе — серьезный и ответственный момент, когда очень важно не отбить у ребенка охоту к учению и общению.

Дети далеко не всегда легко «вживаются» в новые условия. В ходе многочисленных исследований психологов выявлено три уровня их адаптации к школе. Зная их, родители смогут проверить, как проходит период привыкания к школьной жизни у их сына или дочери.

У вашего ребенка высокий уровень привыкания, если он воспринимает учебный материал относительно легко, выполняет требования учителей, внимательно слушает объяснения, всегда готовится ко всем урокам, дружелюбен с одноклассниками.

О среднем уровне адаптации свидетельствует то, что посещение школы не вызывает у первоклассника каких-то отрицательных переживаний, он понимает учебный материал (если учитель излагает его подробно и наглядно). Но при самостоятельном выполнении заданий прилежен и усидчив только тогда, когда занят чем-то для него интересным. Общается и дружит со многими одноклассниками.

Если же ребенок негативно относится к школе, нередко жалуется на нездоровье, у него часто подавленное настроение, объясняемый учителем материал он восприни-

мает фрагментарно, а при выполнении самостоятельных и домашних заданий не проявляет интереса, делает их с большой неохотой, ему необходимы постоянный контроль и напоминания со стороны педагогов и родителей, он пассивен и не имеет близких друзей — это свидетельствует о том, что у него низкий уровень привыкания и ему необходима экстренная помощь.

Школа может восприниматься ребенком не самым лучшим образом еще и потому, что к нему там предъявляются определенные требования. Если раньше его жизнь была беззаботной, то теперь ему приходится ежедневно выполнять различные задания. А если при этом еще что-то не получается, ребенок может по-настоящему растеряться. К тому же далеко не все учителя обладают достаточным терпением и деликатностью, чтобы найти индивидуальный подход к каждому первоклашке.

Чрезмерно робкий и чувствительный ребенок может воспринять строгого учителя с грозным, командным голосом как злого человека. Естественно, что ему будет трудно отвечать на его вопросы, поскольку он будет чувствовать себя крайне неудобно. Дома родители также не способствуют созданию положительного настроения, потому что они ожидают положительных оценок, а их первоклассник при всем желании не может доставить им подобного удовольствия.

Так что же делать? Имеет ли смысл пускаться ситуацию на самотек? Или же нужно вовремя принять меры?

Зачастую родители считают своим долгом обращаться с ребенком как можно строже, думая, что только так можно воспитать в нем должную дисциплину и стремление хорошо учиться. Но на самом деле чрезмерно строгое обращение приводит к совершенно противоположным результатам.

Любые наказания или порицания родителей воспринимаются ребенком как свидетельство его собственного бессилия, формируют у него убеждение, что он недостаточно умен, талантлив, хорош. Рано или поздно он сам начинает верить в это. И наступает момент, когда у него исчезает всяческое желание убеждать взрослых в обратном.

Я бы посоветовала родителям всегда помнить о том, что ребенок нуждается в поддержке. И в первую очередь поддержка должна исходить от папы и мамы. Необходимо помочь ребенку поверить в свои силы, справиться со страхами, а не создавать психологически невыносимую атмосферу.

Допустим, он боится учителя. Такое возможно в связи с самыми разными обстоятельствами, особенно если педагог отличается строгостью и требовательностью, а ребенок до школы рос в условиях, которые принято называть «тепличными».

Итак, учитель, вызывающий ребенка к доске и спрашивающий домашнее задание, воспринимается им крайне негативно. Если такое происходит, родители должны помочь ему избавиться от страхов. Какие в этом случае можно дать рекомендации?

Прежде всего, уважаемые родители, вам придется побеседовать со своим ребенком и выяснить, что именно доставляет ему столь сильный дискомфорт. Если он скажет, что учитель к нему плохо относится, не отмахивайтесь от его слов. Попытайтесь разобраться, ведь не исключено, что в некоторых случаях педагог действительно может быть неоправданно строг к ребенку.

Часто встречаются ситуации, когда школьник очень непоседлив. И учитель воспринимает его как недисциплинированного и непослушного. Соответственно, между



ними не формируется доверительных отношений, а от этого страдает учебный процесс. Помочь ребенку наладить отношения с преподавателем бывает непросто, но это не означает, что родителям следует отказаться от подобных попыток.

Действительно, некоторым детям довольно нелегко спокойно сидеть на уроке, они постоянно отвлекаются и по этой причине не усваивают объяснения учителя и к тому же мешают слушать остальным.

Родителям необходимо разобраться, почему их ребенок столь беспокоен. В некоторых случаях это может быть связано с тем, что он обладает неустойчивой нервной системой, поэтому ему тяжело долгое время оставаться на одном месте. Иногда в такой ситуации необходима консультация специалиста. Но, как правило, справиться с проблемой способны сами родители, если дома начнут ненавязчиво приучать ребенка на некоторое время отвлекаться от подвижных забав, чтобы порисовать, поиграть в какую-то игру, требующую пристального внимания, и т. д. Таким образом постепенно у ребенка вырабатывается усидчивость, и он уже может без особых трудностей по 30–40 минут проводить за столом, не пытаясь немедленно сорваться и убежать. Так вы поможете своему ребенку стать более спокойным и внимательным, а значит, лучше усваивать материал и наладить отношения с учителем.

Я советую вам, дорогие родители, не пожалеть времени, посетить школу и лично побеседовать с педагогом. Это необходимо для выяснения того, в какой психологической атмосфере оказался ваш ребенок. В некоторых случаях учитель бывает по-настоящему необъективен. Например, он ориентируется на успешно обучающихся школьников. А ваш ребенок из-за собственной медлительности или по другим причинам не может угнаться за другими, чем вызывает недовольство педагога.

Следует обязательно объяснить учителю особенности характера вашего ребенка. Например, он не может быстро сориентироваться, если инфор-

мация ему незнакома. Или ему бывает психологически нелегко отвечать на вопросы, когда его слушает много людей. Если учитель не желает менять своего поведения, советую вам перевести ребенка в другой класс. Таким образом вы поможете ему избежать серьезной психологической травмы, которая неизбежна при отсутствии взаимопонимания с педагогом.

Бывает, что ребенок боится получить плохую оценку. Ему страшна сама мысль о том, что он хуже своих одноклассников. И к тому же плохие оценки неизменно огорчают родителей. В данном случае задача взрослых — убедить ребенка, что плохая оценка никак не влияет на их отношение к нему. Ведь мама и папа продолжают любить свое дитя, невзирая на двойки и тройки.

Некоторые родители могут мне возразить, что таким образом якобы поощряется плохая учеба. На самом деле это не так. Плохие оценки — явно деструктивный фактор, который нарушает нормальное восприятие первоклассником школьной действительности. И если создать такую атмосферу, что и дома он будет страдать от недовольства родителей по поводу его неудач, то ему станет слишком тяжело. Но родители-то должны понимать, что ребенок далеко не всегда виноват в том, что получил плохую оценку.

Иногда ученику достаточно проявить себя непослушным и недисциплинированным, чтобы ему поставили двойку. Задача родителей — быть объективнее к своему ребенку, разобраться, в чем причина плохих оценок, чтобы помочь ему больше их не получать.

КАК СОЗДАТЬ ПОЗИТИВНЫЙ НАСТРОЙ

Чтобы ребенку было легко и приятно учиться, нужно постараться создать ему благоприятную психологическую атмосферу.

Но, к сожалению, нередко семейная ситуация не способствует формированию положительного настроения у первоклашки, особенно если дома постоянные скандалы, члены семьи часто выясняют отношения друг с другом в бурной форме. Напрасно родители думают, что ребенок не обращает никакого внимания на их отношения. Все без исключения дети остро воспринимают сложности в отношениях между папами и мамами. Иногда ребенок даже способен винить себя за то, что они постоянно ссорятся. Он считает, что он слишком плохой и поэтому родители не чувствуют себя счастливыми. Ничего удивительного в этом нет. Ведь для ребенка родители — самые близкие и родные люди. Разумеется, он желает, чтобы они относились как к нему, так и друг к другу самым лучшим образом. А если все происходит с точностью до наоборот, у него может развиваться стойкий невроз. И тогда справиться с ситуацией окажется очень непросто.

Поэтому родителям для того, чтобы помочь ребенку легко адаптироваться к новой для него школьной жизни, нужно прежде всего наладить взаимоотношения в семье.

Мы, взрослые, прекрасно понимаем, что из любой ситуации существует выход. А ребенку порой нелегко найти верное решение стоящей перед ним проблемы, поскольку у него нет житейского опыта и умения противостоять невзгодам. А проблемы могут быть любыми — от нерешенного примера до конфликта с педагогом или одноклассниками. И далеко не всегда ребенок бывает в них виноват. Конечно, трудности неизбежны в жизни каждого человека. Но если помочь ребенку поверить в собственные силы, это сделает его морально сильнее. А значит, в будущем он самостоятельно смо-



жет решить любые проблемы. Итак, признаем, что именно на родителях, поскольку они самые близкие и родные ребенку люди, лежит огромная ответственность — научить его правильно поступать в самых разных ситуациях.

Прежде всего, уважаемые родители, попытайтесь развить у своего сына или дочери уверенность в себе. Для этого почаще спрашивайте их мнение по самым разным поводам. Не важно, касается ли это предстоящей покупки или только что просмотренного фильма. Любому человеку важно, чтобы к его мнению прислушивались. Ваш ребенок — не исключение. Он также достоин того, чтобы к нему обращались за советом, особенно в тех ситуациях, которые в той или иной степени связаны с его жизнью.

Почаще хвалите детей. Ошибаются те родители, кто думает, будто похвалой можно испортить ребенка. Напротив, похвала является для него своеобразным свидетельством того, что его любят и ценят.

Желательно развивать у ребенка чувство самостоятельности. Позвольте ему выбирать для себя книги, маршруты прогулок, на которые вы отправляетесь вместе, фильмы, которые вы смотрите в свободное время.

Приучая ребенка к самостоятельности, в мягкой форме требуйте, чтобы он без напоминаний садился за приготовление уроков, собирал вечером свой школьный рюкзак. Со временем он привыкает, что к нему относятся с уважением, не подавляют чрезмерной опекой. Поэтому он начнет сам, без указаний выполнять то, что ему необходимо сделать. К тому же ребенок, к которому взрослые относятся, как к равному, более комфортно чувствует себя среди сверстников.

Очень часто при встрече с трудностями ребенок чувствует себя неуютно именно потому, что уверен — у других подобных проблем нет. Как правило, такие ситуации возникают у детей, которые дома не чувствуют необходимой поддержки. Таким детям родители беспрестанно напоминают об их беспомощности, лени, глупости. Естествен-



но, что, как только у ребенка возникают какие-то трудности (например, связанные с выполнением школьного задания), он чувствует себя хуже других. Ведь маленькие дети доверяют своим родителям. А если папа и мама постоянно говорят ему, что он неумеха и неуч, он всерьез начинает в это верить — и чувствует себя очень несчастным среди веселых одноклассников, настроенных гораздо оптимистичнее.

Дорогие родители, обязательно старайтесь формировать у своего ребенка уверенность в том, что у него все получится. Почаще обсуждайте с ним различные жизненные ситуации, по ходу которых он поймет, что в затруднительные положения попадают все или практически все люди. И поэтому нет ничего удивительного или шокирующего в том, что определенные трудности встречаются и у него.

Можно придумывать различные ситуации, герои которых весьма успешно справляются с теми же проблемами, которые есть у вашего первоклашки. Проявите свою фантазию и талант сочинителя, рассказывая ему различные поучительные истории. Дети очень любят обсуждать со взрослыми те или иные вопросы, тем более их интересует то, что каким-либо образом относится к их жизни, например школьные оценки, взаимоотношения с одноклассниками и педагогами.

При этом родителям следует помнить, что правильный психологический настрой не создается одними лишь пространными беседами с ребенком. Гораздо важнее реальные поступки пап и мам, которые ясно показывают сыну или дочке, как следует себя вести в той или иной ситуации.

Итак, во многом именно от родителей зависит, как их ребенок будет воспринимать окружающую действительность и собственную жизнь. Можно воспитать ребенка сильным, не боящимся трудностей, если вовремя сформировать у него уверенность в себе и в своих силах. Но для этого нужно быть по-настоящему внимательным к соб-

ственным детям, относиться к ним с уважением.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ

Помочь ребенку адаптироваться к школе, преодолеть страх перед ней и все те препятствия, которые возникнут на его пути, должны и родители, и педагоги. Не стоит недооценивать также мастерства медицинских работников. Причем наибольшего успеха в этом нелегком деле они смогут добиться лишь в том случае, если будут действовать сообща. Но, безусловно, большая часть ответственности лежит на плечах родителей. Ведь даже самые лучшие учителя не в состоянии преодолеть все трудности воспитания детей.

С самого начала школьного обучения многие родители допускают грубейшую ошибку, рассчитывая на то, что их ребенка полностью подготовит к школе детский сад. Разумеется, никто не умаляет заслуг воспитателей, и если ваш сын или дочка с удовольствием ходили в ясли и сад, то впоследствии школа не будет казаться им чем-то трудным и ужасным. Но ни одно детское дошкольное учреждение не сможет привить ребенку положительное восприятие школы, если в этом не будут кровно заинтересованы родители.

Конечно, если вага малыш посещал детский сад, значит, его в большей или меньшей степени приучили к дисциплине, порядку, общению в коллективе, привили необходимые бытовые навыки, научили рисованию, начальному счету, письму и чтению. Но если занятиям ребенка не уделяют должного внимания в семье, не придают им достаточного значения, ничем не поощряют усердие и старание малыша, то в конечном итоге он перестает ими интересоваться, рассуждая примерно так: «Зачем я буду старательно заниматься, исправлять свои ошибки и готовиться к школе, если мама и папа не очень хотят этого? Значит, и сама школа не так уж и нужна, там только ругают и ставят двойки».

Своим невниманием родители отдаляют ребенка не только от школы, но и в какой-то степени от себя. Ведь некоторых детей такое отношение глубоко обижает, они замыкаются в себе и перестают быть откровенными. А проблема негативного восприятия школы в дальнейшем может только усугубиться, и решить ее будет гораздо сложнее.

Родителям нужно больше времени проводить с детьми, хотя это и очень сложно при сегодняшнем ритме жизни, стараться общаться с ними на равных, тем самым давая понять, что они уже достаточно взрослые. Это поможет им легче войти в контакт с одноклассниками и педагогами. Ведь даже те дети, которые привыкли какое-то время обходиться без родителей, быть в окружении сверстников, что, кстати, тоже очень важно, оказываются в школе среди незнакомых людей. Вот здесь и пригодится умение и желание ребенка войти в новое детское сообщество, действовать совместно с другими ребятами и, когда нужно, уступить.

Безусловно, общение ребенка с воспитателями и со сверстниками в детском саду играет весьма важную роль. Но тем не менее значимо и то, какое место занимает дошкольник в семье среди братьев и сестер, приветствуют ли родители контакты своего ребенка со сверстниками во дворе и как оценивают его поведение. Ведь малыша ждет напряженный труд, при котором будет необходимо делать не только то, что нравится, но и то, что потребует учитель. А это не так-то просто, когда в портфеле лежит новенькая машинка и хочется поделиться с соседом по парте последними «важными» новостями.

К началу обучения в большинстве своем дети способны поставить перед собой какую-то определенную цель, принять решение, проявить усилие в процессе преодоления незначительных препятствий. Правда, цели еще недостаточно устойчивы и осознаны, и в этом возрасте они успешнее достигаются в игровой ситуации. Родителям нужно постоянно помнить об этом, превращая квартиру во время уборки, например, в палубу гигантского корабля или место тренировки для полета в космос, где в процессе игры они получают возможность без угроз и назидательности управлять детьми.

В результате игровой деятельности у ребенка формируются рациональное и спокойное отношение к трудностям, стремление преодолевать их, развиваются дисциплинированность и организованность, помогающие детям приспособиться к школьным условиям.

Теперь несколько слов о взаимоотношениях с учителем. Если у ребенка с самого начала сложатся благоприятные отношения с педагогом, значит, он будет если не с радостью и удовольствием, то по крайней мере без боязни посещать школу. Большое значение для формирования этих отношений имеет то обстоятельство, как ребенок относится к взрослым вообще. Если он привык перебивать их при разговоре, не выслушивать до конца просьбы и пожелания, то и в школе он будет вести себя подобным же образом, что неизбежно приведет к замечаниям и следующим за ними конфликтам. Так что, дорогие родители, не упускайте возможности вовремя обучить ребенка элементарным нормам вежливости. Тем самым вы не только сделаете общение с ним более приятным для себя, своих родственников и друзей, но и избавите его от многих проблем в школе.

Одна из самых распространенных причин нежелания посещать школу — это слишком большая нагрузка и вследствие этого плохая успеваемость. Помимо того, что у сегодняшних школьников довольно сложная программа, им еще приходится ежедневно справляться с не менее трудным домашним заданием. Кроме того, некоторые родители считают своим долгом хоть чем-то занять дитя, чтобы оно «не болталось» без дела, или же найти для него «престижное» увлечение. Все это, вместе взятое, настолько утомляет ребенка, что он начинает потихоньку ненавидеть школу, которая отнимает большинство свободного времени, часть из которого можно было бы потратить на себя, свои интересы и увлечения, общение с друзьями. В такой ситуации он кое-как делает уроки, чтобы освободить время для игр, поскольку на все его в буквальном смысле слова не хватает.

В этой ситуации родители просто обязаны пересмотреть дополнительные нагрузки ребенка. Не стоит нагружать школьника многочисленными кружками и секциями — у него и без того забот «полон рот». А чтобы он больше успел и не устал, ему необходимы четкий распорядок дня и продуманный отдых, желательно на свежем воздухе.

Большое значение для адаптации малыша к школьным нагрузкам имеет уровень его дошкольной подготовки. Но это вовсе не значит, что, подготовив ребенка к первому классу, родители могут считать свою миссию выполненной и вправе полностью переложить ответственность на учителя. Усилия семьи и школы, в частности, классного педагога, обязательно должны дополнять друг друга. К великому сожалению, так получается не всегда. И беда здесь не только в том, что некоторые родители ограничивают свои воспитательные функции проводами ребенка на занятия. Очень распространена система отношений, когда семья всего лишь дублирует школу. Например, папа

требует: «А ну-ка, покажи, как ты выполнил классную работу? Боже мой, какие ужасные каракули! Сейчас же перепиши!» Естественно, ребенок сядет и перепишет, но к процессу учебы у него начнет развиваться стойкое отвращение. Чтобы этого не случилось, вам в первую очередь нужно создать такую атмосферу, чтобы школьнику было удобно и уютно, чтобы он на деле ощущал вашу заботу и внимание.

Часто бывает так, что родители (и прежде всего отец) стараются не проявлять своей любви слишком явно, считая, что нежность и ласка просто неуместны. Это глубокое заблуждение, поскольку ребенок, постоянно недополучающий свою порцию родительской любви, вырастает замкнутым и стеснительным. Разумеется, не стоит и слишком баловать малыша, особенно на первых порах обучения. Этим вы рискуете получить такого «маменькиного сынка», постоянно цепляющегося за вашу юбку.

Еще одна очень важная функция семьи — воспитание у ребенка самостоятельности и чувства ответственности. А это возможно при условии, что у малыша есть свои обязанности, причем желательно, чтобы они были достаточно разнообразными и значимыми не только для него, но и для всей семьи. Скажем, в младшем и среднем школьном возрасте ему вполне по силам незначительные покупки и помощь по дому.

Ребенок должен привыкнуть к тому, что порученное ему то или иное дело никто другой за него выполнять не станет. Может быть, вначале пару раз придется посидеть без хлеба, но пусть сын или дочь увидят, что из-за них вся семья осталась без такого нужного продукта. Формирование самостоятельности, ответственного отношения к порученным делам — важнейшая составляющая той уверенности, которая позволяет ребенку без боязни посещать школу. Об этом нужно помнить в тех случаях, когда проще что-то сделать за него, чем добиться, чтобы он сделал это сам.

Не менее важно, чтобы ваши дети пошли в школу физически развитыми, крепкими и здоровыми и оставались таковыми на протяжении всего курса обучения. В этом случае их не будет мучить страх, что они значительно слабее сверстников. К тому же хорошее физическое развитие, а вместе с ним и выносливость самым тесным образом связаны с работоспособностью, без которой успехи в учебе практически невозможны.

Первостепенное значение в физическом воспитании детей имеют всевозможные игры и состязания, ведь мир ребенка — это прежде всего мир игры. При этом подвижные игры обладают и большим эмоциональным зарядом. Надо только следить за тем, чтобы каждая игра предоставляла ребенку возможность действовать активно, обеспечивала бы определенную физическую нагрузку, соответствующую его возрасту и подготовленности. Тогда игра будет помогать развитию и укреплению всех важнейших функций организма.

Как правило, по ребенку можно судить об особенностях семейного воспитания. На одних, как говорится, не налюбуйешься: это крепкие здоровые ребята, знающие множество различных игр, которыми они с большим удовольствием делятся с другими. Они не только выносливы, но и общительны и дружелюбны. Другие же дети изнежены и избалованы, они несамостоятельны, малоподвижны и капризны. Разумеется, такие ребята с неохотой и некоторой долей страха посещают школу, поскольку боятся того, что сверстники будут высмеивать их слабость, дразнить и при любом удобном случае стараться задеть побольнее.

Но этих неприятностей можно избежать, если приучить ребенка соблюдать определенный распорядок дня. Утром — гимнастика. Пусть это будут несложные упражне-

ния, но какую пользу они принесут в будущем! Затем идут умывание, причесывание, завтрак и сборы в школу. По возвращении домой не стоит сразу заставлять его садиться за домашнее задание, пусть он поиграет или поможет вам по хозяйству. На первых порах рекомендуется и дневной сон. Если же ваш ребенок не хочет ложиться спать, не заставляйте его — этим вы равным счетом ничего не добьетесь. Просто попытайтесь сделать так, чтобы он хотя бы немного полежал или спокойно посидел — например, просматривая детские телепередачи. После этого пусть погуляет на свежем воздухе. Будет замечательно, если он с друзьями поиграет в подвижные игры, а если на дворе зима, покатается на санках или побегает на лыжах.

Приготовление уроков ни в коем случае не должно откладываться или затягиваться до позднего вечера. Наблюдайте за тем, чтобы выполнение домашнего задания не занимало более полутора часов, иначе ребенок может переутомиться. Также позаботьтесь о том, чтобы в это время его никто не отвлекал. При этом важно следить за правильным чередованием учения, труда и отдыха. В таком случае у ребенка останется больше времени для прогулок, игр и интересующих его занятий. Все это благоприятно скажется не только на его здоровье, но и на отношении к учебе.

Родители часто требуют, чтобы ребенок не вставал из-за стола до тех пор, пока не приготовит все уроки. Это неправильно. Когда советуешь родителям не перегружать школьника, в ответ нередко слышишь: «Но в школе же он может высидеть 45 минут!» Милые родители, не забывайте, что сегодня он уже отсидел определенное количество уроков, и именно из-за этого его работоспособность значительно снижена.

Ни в коем случае не давайте ребенку дополнительных заданий. Не заставляйте переделывать и плохо выполненную, на ваш взгляд, классную работу. Вместо этого предложите проверить ее и исправить ошибки, если таковые имеются. Но переписывать не надо, поскольку повторное выполнение уже сделанного, пусть и с ошибками, задания воспринимается как скучное и бессмысленное занятие. Оно способно совершенно отбить охоту заниматься и лишить ребенка веры в свои силы. И еще одно предупреждение. Никогда не ругайте сына или дочь за исправления, даже если от них в тетради получается «грязь». Самоисправления — это некий самоконтроль, который должен всячески поощряться родителями.

Нежелание идти в школу может быть вызвано плохими отношениями с одноклассниками. Особого внимания требует такая проблема, как всевозможные обиды и дразнилки. Они порой настолько ранят неокрепшую психику ребенка, что впоследствии он долго не может избавиться от различных комплексов. Конечно же, шутки бывают не только злые, но и добрые. Постарайтесь научить свое дитя отвечать на добрые шутки улыбкой, а на злые и обидные вообще не обращать никакого внимания.

Разумеется, сделать это довольно сложно, но не отступайте перед первой же неудачей, а своим собственным примером показывайте, как нужно поступить в той или иной ситуации. Тем более что, к сожалению, невоспитанные люди, при первом же удобном случае затевающие ненужные ссоры, встречаются часто. Столкнувшись с такими особами, всем своим видом выражайте глубокое безразличие или пристыдите неугомонного зачинщика. Ребенок, беря с вас пример, будет стараться вести себя аналогичным образом, давая достойный отпор обидчикам.

Если все совместные усилия родителей и педагогов все же не приносят ощутимых результатов и ребенок не желает посещать школу, стоит поду-

мать о том, чтобы обратиться к психологу. Ведь это врач, который понимает и лечит различные типы неправильного поведения и эмоциональных проблем. К тому же в некоторых школах уже работают штатные психологи, оказывающие квалифицированную помощь и дающие советы по любому интересующему родителей вопросу.

Такая актуальная проблема, как тревожность и неврозы, которые нередко возникают на фоне неуверенности в себе, своих силах и способностях, требует безотлагательного решения. Школьному психологу совместно с учителем рекомендуется ставить перед такими детьми задачи, которые будут им по силам. Нужно стараться выделить те сферы деятельности, в которых ребенок может проявить инициативу и заслужить признание не только в своем классе, но и в школе. Это могут быть работа в летнем лагере, туристический поход, спортивные соревнования и т. п.

Достаточно эффективным может быть такой прием, когда отстающий, неуверенный в себе ученик с признаками личностной тревожности на время превращается в «учителя», наставника, помогающего слабенькому ученику из младшего класса. При этом рекомендуется закреплять осознание школьником имеющихся у него достижений и успехов, а если таковых еще нет, сделать все для того, чтобы они появились, хотя бы незначительные.

Роль родителей также велика. Ребенка с признаками тревожности не стоит обвинять во всех грехах, ведь зачастую он ни в чем не виноват. Многие трудности образуют своего рода порочный круг, когда одна проблема порождает множество других, и поэтому психологам и родителям нужно искать не одну, а несколько причин тревоги и стремиться устранить каждую из них. Необходимо помнить, что нормальному ребенку всегда можно помочь, стоит только приложить определенные усилия. В запущенных же случаях следует подумать о том, чтобы обратиться к квалифицированному детскому психиатру.

УЧИМСЯ ВМЕСТЕ

Если ваш ребенок испытывает трудности с учебной, вы можете помочь ему, приняв непосредственное участие в подготовке уроков. Но это не значит, что нужно контролировать каждый его шаг, быть строгим надсмотрщиком. Так можно только испортить все дело и отбить у него всякую охоту учиться.

Очень важно не превращать «домашнее обучение» в точную копию школьных уроков. Желательно построить занятие так, чтобы ребенку было интересно. В этом случае он не будет испытывать дискомфорта при подготовке уроков.

Я могу предложить следующий вариант. Поиграйте со своим первоклассником в ролевую игру под названием «Школа». Только в данном случае «учителем» должен быть ваш ребенок, а «учеником» соответственно вы.

Пусть ваш «учитель» сам объяснит вам новую тему, расскажет, как нужно решать арифметическую задачу или выполнять упражнение по русскому языку. Вы как «примерный ученик» или «ученица» будете задавать ребенку различные вопросы, касающиеся изложенного материала. По тому, как он ведет объяснение, как отвечает на ваши вопросы, вы можете сделать выводы, усвоил или нет ребенок пройденное в школе.

Выяснив это, незаметно перейдите к совместному обсуждению той или иной темы, в процессе которого постарайтесь спокойно, не повышая голоса, объяснить своему «учителю» не понятые им моменты.

К игре можно привлечь и других членов семьи. Тогда ребенку станет гораздо интереснее чувствовать себя «учителем», и он постарается как можно лучше соответствовать этому почетному званию.

Не забывайте о том, что подобные игры интересуют только детей младшего школьного возраста, то есть тех, кому не более восьми-девяти лет. Поэтому не теряйте времени и старайтесь как можно больше внимания уделять ребенку, пока он еще мал. В ином случае впоследствии вам будет значительно труднее найти к нему подход, чтобы вызвать интерес к учебному процессу.

Можно найти игровые формы подготовки практически любого школьного предмета. Например, если у ребенка трудности с иностранным языком, попросите своих домашних почаще произносить те или иные иностранные слова. Ребенок включится в игру, запомнит основные фразы, а потом у него проявится интерес к изучению языка. Можно договориться о том, чтобы один или два часа в день все члены семьи говорили исключительно на иностранном языке, разумеется, используя самые простые слова и фразы. Безусловно, это возможно только при соответствующей подготовке родителей. А вот сделать яркие цветные таблички с иностранными словами и прикрепить их к соответствующим предметам в доме — это доступно практически всем. Постепенно ребенок запомнит, как называется вся домашняя обстановка, утварь. А затем можно перейти к изучению слов, означающих другие предметы и явления.

Ребенку бывает трудно понять различные арифметические действия. Но если строить объяснение на наглядных примерах, обучение окажется гораздо эффективнее. Предложите ребенку посчитать конфеты, яблоки, игрушки. Вместо настоящих фруктов или игрушек для счета можно использовать яркие цветные картинки.



Когда ребенок начнет без труда считать, переходите к собственно арифметическим действиям. Простейший пример — вы даете ему несколько конфет, затем просите его поделиться ими с кем-то из окружающих. Потом ребенок говорит, сколько конфет у него осталось. Таким же образом прорабатываются любые арифметические действия: сложение, умножение, вычитание и деление. И как только он без всякого труда начинает справляться с подобными практическими примерами, переходите к письменным заданиям. Но если у ребенка возникают трудности, сразу же ненавязчиво помогайте ему их решать.

Внимание и любовь дадут вам возможность вовремя понять, какие именно проблемы испытывает ваш ребенок, и своевременно помочь ему с ними справиться. Поэтому не следует игнорировать никакие, даже самые, казалось бы, незначительные тревожные сигналы, возникающие по мере его обучения.

Очень часто у детей возникают проблемы с правописанием. Учителя и родители заставляют их учить наизусть все правила, дети старательно повторяют, что от них требуется. И тем не менее не могут написать ни одного диктанта или упражнения по русскому языку без ошибок. Со временем они привыкают к постоянно плохим оценкам и уже не пытаются изменить ситуацию. А ведь есть очень простой и действенный способ научить ребенка писать грамотно. И в первую очередь помочь ему в этом могут родители, если, конечно, у них есть время и желание.

Современные педагоги-новаторы разработали эффективный метод, помогающий бороться с безграмотностью абсолютно в любом возрасте. Естественно, что чем раньше начать занятия с ребенком, тем быстрее и легче вы добьетесь необходимого ре-

зультата. Расскажу в нескольких словах об этом методе.

За основу берется теория известного в XIX веке исследователя Дмитрия Ивановича Тихомирова, которому в 1888 г. Петербургский комитет грамотности присудил Большую золотую медаль. Ему принадлежат следующие строки: «Если вы хотите, чтобы ваш ребенок грамотно писал, заставляйте его читать, как написано, и не бойтесь, что он будет так же говорить, потому что дети понимают — мы говорим не так, как пишем».

Некоторые современные педагоги, основываясь на теории Тихомирова, весьма успешно учат детей и взрослых грамотному письму. Практическое применение теории более чем простое. Ребенка нужно научить так называемому «орфографическому» чтению. Что это значит? Любой текст можно разбить на слоги. Каждый слог имеет свою вершину, т. е. гласный звук. Остальные звуки слога, т. е. согласные, произносятся на более низком звуковом уровне. Каждый слог можно называть отдельной звуковой единицей слова. Практически все дети начинают читать по слогам и только потом учатся произносить слово целиком. Когда же ребенок овладевает чтением, о слогах он уже не вспоминает. Но чтобы научить его грамотной речи, придется снова обратить его внимание на слоги.

Предложите ему прочитать какой-либо текст не так, как мы обычно говорим, а так, как пишем. При этом ребенок должен разбить слово на слоги и проговорить его, подчеркивая и выделяя их, но достаточно быстро. А если слово простое, его можно прочесть быстро, не разбивая на слоги.

Если увлечь ребенка, подобное чтение будет восприниматься им как очень интересная игра. Ведь детей интересует все новое и необычное. Чтение, которое условно можно назвать «чтением грамотности», вполне вероятно, покажется ребенку забавным.

Итак, сначала предложите ребенку прочитать определенный текст «орфографическим» чтением. А потом пусть тот же самый текст он прочитает так, как читает обычно, соблюдая все орфоэпические нормы. (Орфоэпия — это литературное произношение.) Со временем при регулярных занятиях он автоматически будет запоминать правильное написание слов и перестанет делать ошибки при выполнении письменных работ. Но «чтение грамотности» должно быть регулярным, а во время занятий обязательно присутствие кого-то из взрослых, чтобы следить за тем, как ребенок прочитал то или иное слово. Например, слово «который» он произнес так, как мы обычно говорим, т. е. «каторый». Взрослому надо в мягкой форме поправить ребенка и попросить его еще раз прочитать слово.

С детьми в возрасте до десяти лет подобным образом можно заниматься весьма небольшое время, примерно от 5 до 10 мин. Далее моторика уже не работает, и чтение не приносит должного результата. С детьми старше десяти лет можно заниматься чуть больше — примерно 15 мин.

Регулярные занятия, при которых ребенок неоднократно произносит различные трудные для запоминания слова вслух именно так, как они пишутся, формируют у него чувство природной грамотности. Со временем он будет безошибочно писать любые слова, даже самые сложные. Потому что тренированное сознание автоматически улавливает все особенности их звучания. Для чтения лучше всего выбирать интересные тексты, чтобы сам процесс занятий вызывал у ребенка удовольствие. Не читайте отрывки из учебников, которые уже успели изрядно надоесть вашему первоклашке за

время школьных занятий. Пусть лучше ребенок читает сказки, повести или рассказы, которыми он увлекается в свободное от учебы время.

Словом, решение существующей проблемы намного проще, чем это может показаться на первый взгляд, и если ваш ребенок не успевает по какому-то предмету, это еще не повод сомневаться в его способностях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Разумеется, все вышеприведенные советы и рекомендации способны дать желаемый эффект только в том случае, если родители не будут жалеть времени и сил для занятий со своим ребенком. Эпизодическое обращение к ребенку вряд ли способно принести плоды, поэтому необходимо как можно внимательнее относиться к возникающим у него трудностям.

Родителям важно помнить, что в одиночку детям совершенно невозможно справиться со своими проблемами, а при поддержке старших они порой способны творить чудеса.

Дорогие родители, не забывайте, что настоящее чудо — это ваша любовь к ребенку, а заботливое и внимательное отношение способно помочь ему в любых ситуациях.

Придерживаясь данных в этой книге рекомендаций, вы можете самостоятельно поразмышлять над вопросом: как же помочь сыну или дочке в том или ином случае? И со временем вы наверняка найдете верный ответ. Ведь вы, как никто другой, знаете все особенности вашего чада. Проанализировав их, постарайтесь найти подход к своему ребенку, чтобы помочь ему справиться со всеми трудностями, которые подстерегают их в самом начале жизненного пути.

Понятно, что при сегодняшнем сумасшедшем темпе жизни вы очень заняты. Но все же, несмотря на усталость и порой плохое настроение, постарайтесь уделять ребенку как можно больше внимания. Ведь если с самого начала дать проблеме развиться и засесть глубоко внутри маленького человечка, еще не окрепшего физически и морально, то впоследствии решить ее будет гораздо сложнее. Не оставляйте ребенка наедине с его бедами и попытайтесь сделать климат в вашей семье эмоционально комфортным и максимально благоприятным для его развития. Желаем успехов!