

*В.М. Бухтоярова, Л.Н. Зусева, О.А. Лаврикова*

# **ПРЕДШКОЛЬНАЯ ПОРА**

*Учебно-методическое пособие  
для родителей, воспитателей, психологов  
и учителей начальных классов*



**Федеральное агентство по образованию  
Тольяттинский государственный университет**

В.М. Бухтоярова, Л.Н. Зусева, О.А. Лаврикова

## **ПРЕДШКОЛЬНАЯ ПОРА**

Учебно-методическое пособие  
для родителей, воспитателей, психологов  
и учителей начальных классов

Тольятти  
ТГУ  
2008

УДК 373:159.922.7

ББК 74.9:88.8

Б94

Рецензенты:

д-р пед. наук, профессор кафедры дошкольной педагогики  
Ульяновского государственного педагогического университета  
им. И.Н. Ульянова М.И. Богомолова;

канд. пед. наук, замдиректора по учебной и научно-методической  
работе Тольяттинского социально-педагогического колледжа  
И.В. Гервальд.

**Б94** Бухтоярова, В.М. Предшкольная пора : учеб.-метод. пособие для родителей, воспитателей, психологов и учителей начальных классов / В.М. Бухтоярова, Л.Н. Зусева, О.А. Лаврикова ; под ред. О.В. Дыбиной. – Тольятти : ТГУ, 2008. – 76 с.

В учебно-методическом пособии рассматриваются вопросы подготовки детей к обучению в школе, даются рекомендации родителям по проведению с детьми занятий, игр и упражнений, направленных на развитие мышления, памяти, внимания, восприятия, воображения и творчества.

Предназначено для родителей, имеющих детей дошкольного и младшего школьного возраста, а также для воспитателей и психологов дошкольных образовательных учреждений, учителей начальной школы, школьных психологов, работающих с детьми, поступающими в школу.

Работа выполнена под научным руководством научно-исследовательской лаборатории «Педагогический поиск» кафедры дошкольной педагогики и психологии Тольяттинского государственного университета.

Рекомендовано к изданию методической комиссией педагогического факультета Тольяттинского государственного университета.

ISBN 978–5–8259–0436–8

© Тольяттинский государственный университет, 2008

© В.М. Бухтоярова, Л.Н. Зусева,  
О.А. Лаврикова, 2008

## Введение

В Концепции организации, содержания и методического обеспечения подготовки детей к школе (Т.Н. Доронова) особое внимание уделяется сформированности физической, интеллектуальной и личностной готовности детей, поступающих в школу. Родителям необходимо иметь представление о готовности ребенка к школе.

Известно, что в старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка (нервной, сердечно-сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной). Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. Происходят изменения в высшей нервной деятельности: по показателям головной мозг ребенка приближается к мозгу взрослого человека. Детский организм готов к более интенсивным умственным и физическим нагрузкам – формируется **физическая готовность** ребенка к обучению в школе, для которой характерно хорошее состояние здоровья ребенка, определенный уровень развития необходимых двигательных навыков и качеств (умение ходить, бегать, прыгать, ловить и кидать мяч) и особенно тонких моторных координаций (умение владеть карандашом, ножницами, кисточкой), физическая и умственная работоспособность (способность много и продуктивно заниматься).

Особое значение для предстоящего школьного обучения имеет **интеллектуальная готовность**:

- уровень владения родным языком и основными формами речи (диалог, монолог);
- степень развитости мышления, восприятия, воображения, творчества (создание нового);
- овладение элементами учебной работы;
- умение определять цель предстоящей деятельности и способы ее достижения, добиваться результата;
- самоконтроль, который проявляется при сравнении полученного результата с образцом;
- умение осуществлять произвольный контроль за ходом деятельности в процессе получения промежуточных результатов;
- умение планировать деятельность, ориентируясь на ее результат);
- наличие у детей элементарного кругозора и компетенций (представлений о мире людей, вещей, природе).

Важную роль в формировании интеллектуальной готовности играют психические познавательные процессы: внимание, память, восприятие, мышление и др. Дети старшего дошкольного возраста способны к длительному (15-20 минут) сосредоточению, формируется произвольность внимания (когда ребенок способен приложить волевое уси-

лие для продолжения деятельности). Особое значение для обучения в школе имеет память: зрительная, слуховая, тактильная, образная. В старшем дошкольном возрасте ребенок должен уметь использовать приемы запоминания: создание образов, группировка по смысловым частям, выделение главных и второстепенных деталей, установление аналогий, составление плана и прочее (Н.Г. Кувашова, Е.В. Нестерова, С.Д. Забрамная, Ю.А. Костенкова). Мышление ребенка старшего дошкольного возраста характеризуется тем, что он способен находить сходство в предметах, объединять предметы в группы по выявленным признакам, понимать и объяснять причину и результат некоторых явлений.

При подготовке ребенка к школе важно особое внимание уделить формированию **личностной готовности**, которая предполагает определенный уровень произвольности поведения (выполнение ребенком задания независимо от желания и интереса к данному виду деятельности); сформированность навыков общения, самооценки и мотивации учения (познавательной и социальной); активность, инициативность, самостоятельность, умение слушать другого и согласовывать с ним свои действия, руководствоваться установленными правилами, умение работать в группе. Личность ребенка старшего дошкольного возраста складывается в процессе реального взаимодействия ребенка с миром, включая социальное окружение, и путем усвоения им норм и нравственных критериев, регулирующих его поведение. В этот период формируются устойчивые побудители деятельности, зарождаются новые социальные потребности: потребность в уважении и признании со стороны взрослого, желание выполнять важные для других, «взрослые» дела, быть «взрослым»; потребность в признании сверстниками (у старших дошкольников проявляется активный интерес к коллективным формам деятельности и в то же время стремление в игре и других видах деятельности быть первым, лучшим), потребность поступать в соответствии с установленными правилами и этическими нормами и т. д.).

Ребенок начинает осознавать и обобщать свои переживания, формируется устойчивая самооценка и соответствующее ей отношение к успеху и неудаче в деятельности (одним свойственно стремление к успеху и высоким достижениям, а для других важнее всего избежать неудач и неприятных переживаний).

Все обозначенные критерии (физическая, интеллектуальная, личностная готовность) чрезвычайно важны для успешного обучения ребенка в школе. На формирование данных качеств и психических процессов направлены нижеприведенные упражнения и рекомендации.

## **1. В ПЕРВЫЙ КЛАСС КАК В КОСМОС**

Начало обучения в школе — один из самых серьезных этапов в жизни ребенка. Школа — это совершенно новые условия жизни для еще вчерашнего дошкольника. Чтобы он освоился в школе по-настоящему, требуется много времени.

Многие дети потенциально готовы к школьной жизни. Желание новизны, осознание важности изменения своего статуса помогают ребенку принять требования учителя, правильно построить свои отношения со сверстниками и подчиниться новому режиму дня. Выполнение школьных правил обычно не вызывает у таких детей протеста.

### **Первая учительница**

Учительница, даже самая строгая, даже не всегда справедливая, для ребенка особенно в первое время — самая-самая, и негативное отношение к ее требованиям кого-либо из родителей или старших братьев и сестер только затрудняет жизнь ребенку. Родительский авторитет в этот начальный период меркнет перед авторитетом учителя. Поэтому родители не должны удивляться, если на свое требование услышат в ответ: «А Софья Петровна сказала, что так нельзя». И если малыш встает ни свет ни заря, потому что он сегодня дежурный, следует отнестись к этому так же серьезно, как и он.

От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Опыт показывает, что дети, которых с самого начала «не полюбили» учителя начальных классов, впоследствии плохо учатся, агрессивны, не уверены в себе и склонны к асоциальным поступкам. Если вашему ребенку не повезло и хорошего контакта с учителем у него нет, то родители должны найти в себе силы не критиковать при ребенке действия педагога. Необходимо поговорить с учителем, указать ему на положительные качества малыша, выразить желание действовать совместно с учителем.

### **Одноклассники**

В школе с первых дней у ребенка могут возникнуть конфликты со сверстниками. Особенно этого надо опасаться, если малыш до школы не имел достаточного опыта общения с другими детьми.

Как быть в подобной ситуации? Ни в коем случае не стоит перекладывать всю вину на других и быть всегда на стороне ребенка. В то же время малыш должен знать, что у родителей он всегда найдет поддержку и понимание. Потребуется довольно длительное время, чтобы малыш понял, что лучшие, чем у других, умения и знания — это еще не повод для чувства собственного превосходства и пренебрежительного

отношения к одноклассникам. Хорошо бы вместе с учителем найти общее дело, которое сплотит малышей.

Следует помнить, что активные и инициативные дети становятся в школе лидерами и, как правило, хорошо учатся. И, напротив, тихие и подавленные часто превращаются в ведомых, учатся нехотя и посредственно. У таких детей важно как можно раньше сформировать уверенность в собственных силах.

### **Школьные отметки**

Почему при адаптации ребенка к школе особое значение имеет оценка его успехов и неудач? Дело в том, что восприятие ребенком оценки его деятельности (а не только отметки как таковой) является оценкой его личности в целом. Отметка и необходимость за нее отчитываться дома порождает ситуацию тревожности. Поэтому родителям не стоит фиксировать внимание ребенка на отметке, лучше оценить его старание и желание учиться и.

Оценивая успехи ребенка, не нужно сравнивать его с другими детьми, подчеркивать, что кто-то делает что-то лучше, особенно если ребенок старается. В это время надо не скупиться на похвалу, а подбадривать малыша, не допускайте, чтобы ребенок попал в замкнутый круг: в классе — неудачи, дома — недопонимание.

### **Послушание и поведение**

И в школе, и дома любят детей послушных. Любят, чтобы ребенок был «удобен» и не причинял беспокойства. Воспитание послушания начинается с первых дней пребывания ребенка в школе. Но при этом важно не пренебрегать интересами самого ребенка. Необходимо учитывать, что в период адаптации некоторая возбужденность, повышенное двигательное беспокойство и другие проявления эмоциональной неустойчивости — явления вполне допустимые. Понять это поможет нижеприведенный научный эксперимент.

Экспериментаторы закрепили на теле детей датчики для снятия показателей работы сердечно-сосудистой системы во время урока. При проведении эксперимента ход урока ничего не нарушал, а дети уже успели привыкнуть к датчикам. Проведенное исследование показало, что напряжение сердечно-сосудистой системы первоклассников в ходе урока было сравнимо с напряжением сердечно-сосудистой системы космонавтов в состоянии невесомости.

Этот пример убедительно показывает, насколько труден для ребенка процесс адаптации к школе. Между тем учителя и родители часто не осознают этого, что еще больше усложняет и без того непростой для ребенка период. Несоответствие требований взрослых и возможнос-



тей ребенка может привести к резкому снижению учебной активности и быстрой утомляемости.

Каковы же внешние проявления этого неблагополучия? У детей в начале школьных занятий наблюдается двигательное возбуждение, жалобы на головную боль, плохой сон, снижение аппетита. Чем меньше дошкольник готов к новым условиям, тем больше нарушений в здоровье. Вот почему так важно уделить особое внимание укреплению здоровья детей.

Для этого необходимо:

- правильно организовать режим пребывания ребенка на свежем воздухе (гулять не менее трех часов в день в любую погоду);
- приобрести спортивный инвентарь, чтобы прогулки были интересными;
- постараться сделать дома спортивный уголок с турником, лесенкой, кольцами;
- соблюдать режим сна (не менее 10-11 часов в сутки);
- следить, чтобы ребенок находился у телевизора или компьютера не более 45 минут в день.

### **Семейная атмосфера**

Напряженная обстановка дома отрицательно влияет на самочувствие школьника и на его успеваемость. Дома ребенок должен иметь все условия для того, чтобы отдохнуть от учебных занятий. Чтобы помочь ребенку, все взрослые члены семьи должны быть предельно внимательны к малышу. В это время особенно важно разумно организовать жизнь школьника.

С самого начала необходимо завести правило: свои школьные обязанности ребенок выполняет сам, хотя полной самостоятельности требовать от него еще не следует. Подготовка портфеля и уход за формой также должны стать прямой обязанностью первоклассника. Это занятие надо превратить в торжественный ритуал, в котором обязательно должен принимать участие кто-то из взрослых в качестве восхищенного и удивленного зрителя, не знающего школьных правил: «Неужели школьные учебники сами себя оберегают от пятен?», «Интересно, почему твоей форме так не нравится в шкафу? Возможно, школьные брюки не любят темноты!».

Воспитание младшего школьника не должно напоминать бесцельную суету, для этого следует:

- сформировать у ребенка только одно какое-либо умение (например, убирать форму), постепенно приучать ребенка к трудовым обязанностям постепенно;
- уменьшить замечания до одного за вечер;



- не нарушать принцип: «Не бей лежачего», не читать ребенку нотаций, если он пришел из школы расстроенным;
- никогда не говорить малышу: «Ты – лодырь», лучше сказать: «Ты сегодня поленился»;
- ставить перед ребенком конкретные цели и задачи.

### **Памятка родителям**

1. Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки, даже если «вчера предупреждали». Умение рассчитать время – ваша задача, и если это плохо удается, в том нет вины ребенка.

2. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много потрудиться.

3. Ни в коем случае не говорите ребенку на прощание: «Смотри, не балуйся», «Чтобы сегодня не было плохих отметок». Пожелайте ребенку удачи, найдите несколько ласковых слов – у вашего школьника впереди трудный день.

4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивая на него тысячу вопросов (вспомните ваше самочувствие после тяжелого рабочего дня). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет срочно чем-то с вами поделиться, не отмахивайтесь от него, выслушайте, – это займет немного времени. Если, наоборот, видите, что ребенок огорчен и молчит, не допытывайтесь, почему именно. Когда успокоится, он сам все расскажет.

5. Не торопитесь усадить ребенка за уроки сразу после прихода из школы. Необходимо, как минимум, два-три часа отдыха. А в первом классе хорошо бы часа полтора поспать. Помните: лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.

6. Не заставляйте ребенка делать сразу все уроки, после 15-20 минут занятий необходимо 10-минутные подвижные перемены.

7. Дайте возможность ребенку самостоятельно делать уроки, наберитесь терпения. Спокойный тон и похвала просто необходимы.

8. Общайтесь с ребенком наедине, не отвлекаясь на других членов семьи и на домашние дела (хотя бы полчаса в течение дня).

9. Помните, что в течение учебного года существуют критические периоды, когда учиться бывает особенно сложно. Это первые 4-6 недель для первоклассников (3-4 – для учащихся вторых-четвертых классов), конец второй четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

10. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль и усталость. Чаще всего это объективные показатели того, что в учебе возникли какие-то трудности.

11. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятности, выяснять отношения и обсуждать завтрашнюю контрольную. Завтра новый день и в ваших силах сделать, чтобы он был спокойным и радостным.

Будьте с ребенком вместе, а не над ним. Дом должен быть безопасным островом, а не только местом, где контролируются удачи, неудачи и выносятся приговоры.

## 2. НАЙДИТЕ КЛЮЧ К ДЕТСКОМУ ХАРАКТЕРУ

Успех обучения в школе зависит от характера и содержания взаимоотношений детей со взрослыми, сверстниками, их умения общаться.

Эти умения выражены по-разному, их появление зависит от различных причин. Например, замеченная нами лживость ребенка в одном случае является выражением стойкого чувства вины и страха перед наказанием («лучше соврать – так безопаснее»); в другом случае – попыткой привлечь к себе внимание старших, которым они, как кажется ребенку, недостаточно его одаривают; в третьем – желанием ребенка сделать жизнь занимательнее и красочнее; в четвертом – помощью от пугающей или гнетущей ребенка реальности внутрисемейного быта и т. д. Задача взрослого – искоренить в ребенке лживость. Тогда в первом случае мы одновременно делаем ребенка смелее и увереннее в себе, во втором случае уменьшаем в нем потребность во внимании старших, в третьем – раскрываем для его воображения новые творческие возможности, в четвертом – избавляем от психологической травмы. И в каждом случае он не только перестает лгать, но становится иным в целом. Черта характера может измениться лишь только в том случае, если изменится весь характер.

Один из способов постичь детский характер – это анализ психологических ролей, которые в семье навязывают ребенку. Поясним сказанное: исполнять психологическую роль – значит действовать с учетом ожиданий, предъявляемых вам окружающими. Ребенок то и дело подтверждает либо не подтверждает ожидания старших, а ожидания не всегда бывают разумными. Систематические неразумные ожидания старших воспитывают в ребенке большую часть отрицательных черт характера (что мы и попытаемся показать).

Навязывание ребенку неправильных психологических ролей зачастую предпринимается взрослыми членами семьи ненамеренно – так уж получается. И все же получается такое неспроста, за этим нередко можно обнаружить нездоровый психологический климат, характеризующий взаимоотношения взрослых.

Почему некая семья оказывается столь трудной, что иные лица в ней используют ребенка для сглаживания своих личных трудностей? Исследователи, изучавшие психологию подобных семей, определили три конкретных формы наблюдающегося семейного неблагополучия: соперничество, мнимое сотрудничество и изоляция.

Остановимся подробнее на данных формах. **Соперничество** – это стремление двух или более членов семьи обеспечить себе главенствующее положение в доме. Известно, например, что в первые два года брака муж и жена нередко ссорятся из-за того, кому из них быть главой

семьи. Муж претендует на эту роль по традиции, жена – поскольку ей представляется, что муж вопреки своим притязаниям не способен быть настоящим хозяином в доме. Как правило, дело кончается компромиссом: супруги распределяют лидерство по сферам семейной жизни. Скажем, в финансовых и хозяйственных вопросах главенство закрепляется за женой, зато в организационных, культурных, педагогических – за мужем. Или наоборот. Дележ лидерства может также возникнуть в результате неудовлетворенности браком (отсутствие любви). Подоплека конфликта может заключаться и в том, что ссоры оказываются единственной и наиболее привычной формой эмоциональной разрядки в семье.

Если супруги живут одной семьей с родителями (мужа или жены), соперничество зачастую вспыхивает между женщинами: старшей и младшей. Редко это случается между мужчинами – старшим и младшим.

**Мнимое сотрудничество** – конфликтов на поверхности не видно. Все, кажется, хорошо, но до поры до времени. До той поры, пока кто-то из членов семьи не меняет своей жизненной позиции. Например, жена получила повышение по службе, она увлечена своими новыми обязанностями, открывающимися перспективами. Увлечена, но одновременно и перегружена: никто не в состоянии сразу войти в курс новых дел – надо сперва освоиться. До этого семья жила внешне мирно. Но теперь муж полон возмущения, его поддерживают собственные мать и отец. Как так? А обязанности домохозяйки? Столько обвинений на голову жены, а ведь все потому, что теперь невозможно эксплуатировать ее как прежде...

**Изоляция** – в семье кто-то один психологически изолирован от других: чаще всего это немолодой человек, скажем, овдовевшая бабушка. Никого не интересует ни ее мнение по тем или иным вопросам, ни ее самочувствие. С ней свыклись, как со старым шкафом. Взаимоизолированными могут стать молодая и родительская семьи, проживающие под общей крышей.

Так выглядят «трудные» семьи. Дети, растущие в подобных семьях, неизбежно вовлекаются в межличностные конфликты взрослых. При этом каждый из взрослых сознательно или подсознательно (второе чаще) стремится использовать детей в выгодной для себя функции... Мы не торопимся однозначно осуждать таких взрослых: они ищут способ защитить себя от травмирующей обстановки в семье. Дело не в осуждении, а в понимании реальности.

Обратите внимание на роли, которые выполняет ваш ребенок в семье.

### **«Кумир семьи»**

Ребенок вызывает общее восхищение домашних. Обращаются к нему, главным образом, умиленным тоном. Почти любая его прихоть немедленно исполняется взрослыми, а тот из них, кто этого не делает, вызывает нареkanie остальных. Жизнь семьи целиком посвящена ребенку. Люди, сотворившие из ребенка кумира для себя, станут убедительно доказывать, что они живут для детей. Иногда это действительно так. Одобрить это трудно, так как в такой атмосфере ребенок вырастает изнеженным, капризным, вздорным, он — центр внимания.

Возможен и другой вариант: «кумир», сам того не зная, выполняет функцию цементирующего фактора, поддерживающего семейный очаг в условиях мнимого сотрудничества взрослых. Общее восхищение ребенком превращено в символ семейного единства.

### **«Мамино (папино, бабушкино и т. д.) сокровище»**

Это похоже на роль «кумира семьи», но в данном случае ребенок является не всеобщим, а чьим-то личным кумиром. За навязыванием ребенку подобной роли может таиться немало сложных психологических причин. Вот одна из них. Мама (иногда папа), глубоко не удовлетворенная своим супружеством, подсознательно пытается излить на ребенка всю присущую ее натуре страстность, нежность, жертвенность. Ребенок ставится в нелегкое положение. Он чувствует особое отношение к нему одного из взрослых, но не менее остро воспринимает и отсутствие такого отношения со стороны других. Ребенку мучительно разрываться между несколькими старшими, сознавая, что с одними необходимо себя вести не так, как с другими.

Роль любимца, навязываемая ребенку, зачастую свидетельствует об остром соперничестве взрослых или об изоляции кого-то из них. Наиболее отталкивающий случай использования любимчика в обстановке соперничества выглядит так: мама образует с ребенком (чаще с мальчиком) коалицию против папы и при этом недальновидно радуется, когда ребенок отзывается о папе пренебрежительно. Встречается в жизни подобный союз отца и дочери против мамы. Все это, мягко говоря, проявление педагогической неграмотности и безответственности родителей. Девочка, объединяясь с мамой против отца, или мальчик, объединяясь с папой против матери, усваивают крайне искаженные представления о лицах противоположного пола, что может помешать им в будущем наладить личную жизнь. Если же альянс между мамой и сыном, либо папой и дочерью, то мальчик в результате этого длительное время не способен освоить в жизни традиционную мужскую роль, а девочка — женскую (так нередко формируются женоподобные, безвольные мужчины и мужеподобные, цинично рациональные женщины).

За ролью чьего-то «сокровища» иногда скрывается и мучительная изолированность кого-либо из взрослых (например, бабушки).

### «Паинька»

Этот ребенок всех радует, он послушен, родители им гордятся. А между тем за попыткой взрослых сделать ребенка безукоризненным, нередко скрывается атмосфера мнимого сотрудничества в семье. Люди не умеют и не считают нужным эмоционально проникать друг в друга, делиться сокровенным и наболевшим в семье. Легче сделать вид, что конфликта нет, чем искать способ его разумного разрешения. От ребенка ждут соблюдение приличий – это и вознаграждается старшими. До внутренней жизни ребенка в такой семье никому нет дела. Постоянное лицемерие для ребенка становится нормой на всю жизнь. Дети из таких семей нередко неожиданно совершают противоправные поступки.

Подобная практика общения с ребенком в семье приводит к тому, что, став взрослым, он чаще, чем другие, чувствует собственную неполноценность, несостоятельность, что делает его уязвимым к критике, трудностям, неизбежным ошибкам. Он смотрит на себя не с позиций самостоятельною человека, а как бы требовательными родительскими глазами.

Необходимо выделить роль «ужасного ребенка» в ее многочисленных разновидностях. Ребенок, вынуждаемый играть эту роль (ибо таковы ожидания старших), воспринимается в семье как субъект, создающий лишь хлопоты и напряженные ситуации. Он непослушен, своеволен, лишен чувства долга и даже злонамерен, поскольку многие его поступки можно рассматривать как действия назло взрослым.

Все в семье только и делают, что призывают его к порядку бесконечными выговорами и наказаниями. Поскольку это не дает ожидаемого эффекта, ребенок кажется взрослым еще ужаснее. Так у него появляется роль «мучителя».

### «Мучитель»

Речь идет о внутрисемейном соперничестве: перекладывая друг на друга вину за распушенность ребенка, взрослые подсознательно добируются самоутверждения в семье. Подобный ход кого-либо из старших может служить также средством самоустранения от заботы о ребенке («Вы его распустили, вы за него и отвечайте!»), либо средством изолировать в семье кого-либо из ее членов. Таким путем оправдывается изоляция бабушки или отца ребенка, ведь они потакают его капризам. Наиболее горько наблюдать случаи, когда приписывание ребенку роли «мучителя» является способом изолировать от семьи... самого ребенка. Например, в семье есть ребенок от первого брака; рождается новый – на нем концентрируются все нежные чувства взрослых. Старший ребен-

нок не может не реагировать на это обидой и ревностью. Чувства эти рано или поздно выйдут наружу в виде так называемых реакций протеста (непослушание, капризы, действия назло). Такими реакциями ребенок стремится вернуть себе утраченное внимание взрослых. Однако взрослые используют эти реакции для того, чтобы объявить ребенка «ужасным» и оправдать в собственных глазах его изоляцию.

#### **«Козел отпущения»**

Ребенок, подвергаемый изоляции в качестве «ужасного», подчас выступает и в роли «козла отпущения» для семьи. Для всех ее членов он однозначно плох, а это дает им право разряжать на нем свою агрессивность. Родители устали друг от друга, они испытывают агрессию, но им безопаснее отыграться на ребенке, чем разряжать ее друг на друге. Ребенок при таком обращении может из «ужасного» превратиться в «забитого»: он начинает бояться наказания за любое свое высказывание и любой поступок.

#### **«Путающийся под ногами»**

Изолируемому ребенку приходится исполнять еще одну роль — «путающегося под ногами»: он чувствует, что всем мешает и вызывает у домашних одно раздражение.

#### **«Маленький хитрец»**

При правильном воспитании к положительному поведению ребенка должны подталкивать не страх и желание выслужиться, а его собственная совесть. И именно она, совесть, не дает ему покоя за неблагоприятный поступок. И, напротив, если за любую ошибку или шалость ему не избежать сурового наказания, то совесть его приучается бездействовать.

В этой ситуации он чувствует лишь обиду и жажду мщения. Видя опасность своих выходок (наказание будет слишком жестоким), он рано приучается хитрить, сваливать свои грешки на других детей либо на взрослых, искать поддержки одного из членов семьи, чтобы спастись от притеснений другого и т. д. Так за ним закрепляется роль «маленького хитреца» — это тоже разновидность роли «ужасного ребенка».

#### **«Золушка»**

И, наконец, еще одна детская роль, впрочем, в современных семьях она встречается редко. Это роль «Золушки», когда из ребенка откровенно делают прислугу в доме, а все лучшее, включая поощрения, принадлежит в семье другим детям либо взрослым. К сожалению, в жизни эта ситуация разрешается не так благополучно, как в известной



сказке. Ребенок, вынужденный играть эту роль, вырастает приниженным, неуверенным в себе, завистливым и несамостоятельным. Но это уже крайний пример того, как взрослые корыстно используют ребенка в выгодной для них роли.

Однако осуждать подобные недальновидные действия взрослых не следует, так как совершаются они взрослыми главным образом подсознательно, а иногда даже с глубоким убеждением, что именно так они делают ребенку добро.

Итак, перечислены основные, наиболее типичные, неправильные роли, навязываемые ребенку в «трудной» семье. В действительности их наверняка больше. Приведенные примеры, конечно, заострены (для наглядности). Полагаем, однако, что сказанное даст толчок к размышлениям о психологическом климате семьи.

### 3. ПОМОГИТЕ ДЕТЯМ НАЙТИ МЕСТО ПОД СОЛНЦЕМ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ

На успешное обучение ребенка в школе влияют состав семьи, функции, которые выполняют ее члены для поддержания равновесия в семье. Например, когда встречаешься с семьей, в которой ребенок выполняет функцию «козла отпущения», кажется, что все беды родителей происходят из-за никчемного ребенка — и то он не так, и это... Когда на ребенка когда посмотришь, кажется, что, и вправду, он все делает неважно. Если взглянуть на семью повнимательнее, то выясняется, что такой ребенок в семье выполняет совершенно необходимые функции, без которых она просто бы развалилась. Интенсивная тревога, агрессивность при нарастании неудовлетворенности пробиваются наружу, и тогда супруги сталкиваются в конфликте. Однако по мере роста супружеского стажа, муж и жена начинают подсознательно избегать таких ссор, так как выплеснув свое раздражение на супруга, получишь в ответ столько же негативных эмоций, да еще с придачей. Чтобы избежать обоюдного конфликта, оба родителя находят подходящий объект — своего ребенка, который не может дать отпор. К тому же себе и другим можно объяснить такое собственное поведение: ведь наставления — на благо ребенку, все для его будущего и т. п. Убрать из этой системы отношений ребенка — и супруги сразу же почувствуют напряженные взаимоотношения, увидят собственные нерешенные проблемы. Велика вероятность того, что такая семья без «козла отпущения» не сможет дальше существовать.

Однако ребенок может выполнять функции связующего звена, не только занимая позицию «козла отпущения», но и другими способами. Например, агрессивный, непослушный мальчик, причиняющий массу неприятностей родителям, будет «соединять» их посредством включения в «работу» по его перевоспитанию. Другой ребенок может подсознательно, выбрав болезнь, стремится быть беспомощным для того, чтобы объединить родителей в заботе о нем. Таким образом, развитие личности ребенка в конкретной семье зависит и от системы межличностных отношений в ней, и от самого ребенка, который делает неосознанный выбор выполняемых им функций, необходимых для существования семьи.

Столь подробное рассмотрение весьма нежелательных примеров детского развития предпринято с тем, чтобы ярче пояснить основную мысль: ребенок сам, хотя и в определенных условиях жизни, выбирает средства для удовлетворения своих основных психологических потребностей. Его творческое отношение к происходящему вокруг проявляется не только в выборе определенного поведения. За ним кроется способ осмысления себя в структуре взаимоотношений и своеобразная детская

философия: «Я любим, когда достигаю чего-то», «Любим тот, кто беспомощен, болен», «Любим тот, кто вызывает улыбку родителей» и т. п.

Любопытные выводы сделали психологи: матери, удовлетворенные своим браком, проявляют больше теплоты и меньше сердятся на своих сыновей, в то время как отцы, удовлетворенные браком, более авторитарны по отношению к дочерям. По мере роста неудовлетворенности браком у отца все меньше проявляется положительных эмоций и меньше авторитарности по отношению к дочери.

Таким образом, дети невольно оказываются в сложном положении в зависимости от ухудшения взаимоотношений в семье.

### **Братья и сестры**

Специфические условия для воспитания складываются в неполной семье, где отсутствует один из родителей. Мальчики гораздо острее, чем девочки, воспринимают отсутствие в семье отца. Без отцов они часто бывают задиристыми и беспокойными, особенно в первые годы жизни. Двухлетние дети, живущие в таких семьях, нередко менее самостоятельны и больше проявляют тревожность и агрессивность, чем дети, у которых есть отцы.

Если продолжить тему разнополых детей в семье, то нужно отметить ряд особенностей. Братья и сестры по-разному влияют на воспитание мальчиков и девочек. Мальчики, у которых есть старшие братья, проявляют больше мужских черт и интересов, чем девочки, имеющие старших сестер, обнаруживают у себя женские интересы и черты. Девочки, у которых есть старшие братья, нередко оказываются более честолюбивыми и агрессивными, чем те, у кого таких братьев нет. Такие девочки также обладают большим числом мужских черт характера, имеют более развитые умственные способности, чем девочки, воспитанные старшими сестрами.

Брат и сестра редко жестоко конфликтуют друг с другом, если их поведение соответствует ожиданиям родителей. Конкурентные, трудные взаимоотношения в таких семьях возникают главным образом из-за явного предпочтения родителями какого-то одного. Чаще всего это мальчики (в европейской культуре). Возможно, что предпочтение мужского рода относится к реликтам ушедшего феодального строя, в котором мальчик – наследник, продолжатель рода, физическая сила, защищающая семью. Как бы там ни было, явное желание иметь только мальчика (реже девочку) приводит к ярким внутрисемейным психологическим проблемам.

Девочки, растущие в семьях, ориентированных на мужские ценности, часто начинают чувствовать собственную неполноценность из-за своей половой принадлежности. Стремление к значимости, которая осмысливается так: «Я буду любима и желанна, если во всем сравнюсь

с мальчиком», ведет к принятию мужских форм поведения, усвоению мужских ценностей. В таких случаях развивается и острая конкуренция между сестрой и братом, все больше отдаляющая девочку от «женских» способов самовыражения. Почти в каждом доме можно найти девочку, гонящую вместе с мальчиками мяч, бегающую с ними наперегонки и даже одетую подобно мальчику. Эти девочки демонстрируют своеобразное приспособление к преобладающим ценностям в семье. Как правило, такое поведение не дает желаемого ощущения значимости — сколько ты не старайся, все равно останешься девочкой. Даже несмотря на хорошо усвоенное «мальчишество», они постоянно находятся под угрозой обострения внутреннего конфликта «Кто я?», «Я девочка — я мальчик».

Это противоречие дает о себе знать, как только расширяется привычное социальное окружение (новое место жительства, детский сад, школа), когда их мальчишеское поведение вызывает недоумение и насмешку окружающих. Внутренний конфликт обостряется в пору полового созревания. Возникает ощущение неадекватности собственного поведения, мучительное переживание неполноценности. В то же время девочка начинает смотреть на мальчиков как на что-то иное, да и отношение мальчиков к ней изменяется, окрашивается тонами первой любви. Все это либо ведет молодую девушку к кардинальной перестройке привычных способов поведения; либо отгораживает ее от сверстников («Я — ничто и ни с кем не могу сдружиться»), либо девочка еще ярче проявляет свои мальчишеские черты, пытаясь не отставать и даже обойти мальчишек в самых дерзких их затеях. В последнем случае развивается максимальная личность женщины, которой наряду с сильным, решительным отношением к жизни приходится постоянно переживать ситуацию «белой вороны» как среди женщин, так и среди мужчин. Часто такая внешне жестокая женщина прячет за подобным обликом высокую чувствительность, ранимость и чувство отчужденности.

Развитие ребенка в семье зависит от многих причин: от личности братьев, сестер, их взаимоотношений, от отношения родителей друг к другу и к детям. Важно отметить, что каждый ребенок активен и сам формирует личное отношение к происходящему, выбирает собственный путь. Главное, чтобы дети непременно нашли свое место под солнцем родительской любви, чтобы они выбрали такие средства самоутверждения, которые были бы им полезны с точки зрения развития их личности, приспособления к более широкой социальной среде, такие способы, которые повышали бы их веру в свои силы. Родители смогут им в этом помочь, **во-первых**, понимая сложности, которые возникают перед детьми, и тактично направляя их на более правильный путь, **во-вторых**, терпимее относясь к индивидуальным проявлениям их личности, к их проблемам и ошибкам, **в-третьих**, укрепляя их уверенность в себе, побуждая к поиску.

## Библиографический список

1. Алябьева, Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста : метод. пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений / Е.А. Алябьева. — М. : Сфера, 2004. — 96 с.
2. Безруких, М.М. Как подготовить ребенка к школе и по какой программе лучше учиться? / М.М. Безруких, С.П. Ефимова, М.Г. Князева. — М., 1993. — 150 с.
3. Безруких, М.М. Ребенок-непоседа: Тетрадь для занятий с детьми : метод. рекомендации / М.М. Безруких. — М. : Вентана-Графф, 2001. — 64 с.
4. Венгер, Л.А. Домашняя школа мышления (для детей четырех лет) / Л.А. Венгер, А.Л. Венгер. — М. : Знание, 1983. — 96 с.
5. Венгер, Л.А. Готов ли ваш ребенок к школе? / Л.А. Венгер, А.Л. Венгер, Т.Д. Марцинковская. — М. : Знание, 1994. — 192 с.
6. Детская практическая психология : учебник / под ред. Т.Д. Марцинковской. — М. : Гардарики, 2007. — 253 с.
7. Добрович, А.Б. Кто в семье психотерапевт? / А.Б. Добрович. — М. : Знание, 1985. — 80 с.
8. Забрамная, С.Д. Развивающие занятия с детьми : материалы для самостоятельной работы студентов по курсу «Психолого-педагогическая диагностика и консультирование» / С.Д. Забрамная, Ю.А. Забрамная. — М. : В. Секачев, 2004. — 80 с.
9. Леви, В. Нестандартный ребенок / В. Леви. — СПб. : Питер, 1993. — 254 с.
10. Лютова, Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми / Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. — СПб. : Речь, 2007. — 190 с.
11. Методика подготовки детей к школе (психологические тесты, основные требования, упражнения) / сост. Н.Г. Кувашова, Е.В. Нестерова. — Волгоград : Учитель, 2007. — 40 с.
12. Михайлова, З.А. Игровые занимательные задачи для дошкольников : пособие для воспитателя детского сада / З.А. Михайлова. — М. : Просвещение, 1985. — 96 с.
13. Недоспасова, В.А. Растем играя: средний и старший дошкольный возраст : пособие для воспитателей и родителей / В.А. Недоспасова. — 3-е изд. — М. : Просвещение, 2004. — 94 с.
14. Парамонова, Л.Г. Ваш ребенок на пороге школы: Как подготовить ребенка к школе / Л.Г. Парамонова. — СПб. : КАРО ; Дельта, 2005. — 384 с.
15. Пасечник, Л. Тревожный ребенок / Л. Пасечник // Дошкольное воспитание. — 2007. — № 9. — С. 89–95.

16. Пасечник, Л. Гиперактивность: как играть с гиперактивными детьми? Чем занять их в детском саду и дома? / Л. Пасечник // Дошкольное воспитание. – 2007. – № 2. – С. 89-95.
17. План-программа образовательно-воспитательной работы в детском саду: методическое пособие для воспитателей / Н.В. Гончарова [и др.]. – СПб. : Акцидент, 1997. – 221 с.
18. Савенков, А.И. Маленький исследователь. Как научить дошкольника приобретать знания / А.И. Савенков. – Ярославль : Академия развития, 2002. – 160 с.
19. Савина, Е. Тревожные дети / Е. Савина // Дошкольное воспитание. – 1996. – № 4 – С. 11–15.
20. Севостьянова, Е.О. Хочу все знать! Развитие интеллекта детей 5-7 лет : индивидуальные занятия, игры, упражнения / Е.О. Севостьянова. – М. : Сфера, 2005. – 80 с.
21. Сиротюк, А.Л. Коррекция обучения и развития школьников / А.Л. Сиротюк. – М. : Сфера, 2002. – 80 с.
22. Сиротюк, А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам / А.Л. Сиротюк. – М. : Сфера, 2002. – 128 с.
23. Сиротюк, А. Детская гиперактивность: причины, рекомендации / А. Сиротюк // Дошкольное воспитание. – 2007. – № 8. – С. 44-50.
24. Сиротюк, А. Плоды просвещения / А. Сиротюк // Дошкольное воспитание. – 2006. – № 1 – С. 70-78.
25. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей / под общ. ред. Н.В. Сократова. – М. : Сфера, 2005. – 224 с.
26. Тихомирова, Л.Ф. Логика. Упражнения на каждый день : популярное пособие для родителей и педагогов / Л.Ф. Тихомирова. – Ярославль : Академия развития, 1997. – 256 с.
27. Тихомирова, Л.Ф. Развитие логического мышления детей : популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль : Академия развития, 1997. – 240 с.
28. Хоментausкас, Г.Т. Семья глазами ребенка / Г.Т. Хоментausкас. – М. : Педагогика, 1989. – 160 с.

### **Развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела)**

Нижеописанные упражнения развивают межполушарное взаимодействие, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Эти упражнения надо проводить ежедневно в течение шести-восьми недель по 15-20 минут в день. Для постепенного усложнения упражнений можно использовать:

- ускорение темпа выполнения;
- выполнение с легко прикушенным языком и закрытыми глазами (исключение речевого и зрительного контроля);
- подключение движений глаз и языка к движениям рук;
- подключение дыхательных упражнений и метода визуализации.

**1. «Уши».** Цель – энергетизация мозга.

Помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину (пять раз). В конце упражнения растереть уши руками.

**2. «Колечко».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела).

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом порядке – от указательного пальца к мизинцу и в обратном – от мизинца к указательному пальцу. Вначале движения выполняются поочередно каждой рукой, затем – двумя руками одновременно.

**3. «Кулак – ребро – ладонь».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

Ребенку показывают на плоскости стола три положения руки, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движения вместе со взрослым, затем по памяти в течение восьми-десяти повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками. При затруднениях взрослый предлагает ребенку: «Помогай себе (вслух или шепотом) командами: «Кулак – ребро – ладонь».

**4. «Лезгинка».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук



(шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

**5. «Лягушка».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая рука лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и разнонаправлено менять положение рук.

**6. «Замок».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности, самоконтроля.

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении должны последовательно участвовать пальцы обеих рук. В дальнейшем дети могут выполнять движения парами.

**7. «Ухо – нос».** Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля.

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

**8. «Зеркальное рисование».** Цели – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля; формирование зеркального восприятия.

Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу или фломастеру, рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

**9. Дыхательные упражнения.** Цель – активизация работы стволовых отделов мозга, ритмирование правого полушария, энергетизация мозга.

*Первый вариант.* Вдох – пауза, выдох – пауза. Выполнение дыхательных упражнений будет более эффективным, если использовать образное представление (визуализацию), т. е. подключать правое полушарие. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, «расположившегося» в животе, соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

*Второй вариант.* Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрию (при этом для закрытия правой ноздри используют большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

Дыхание только через левую ноздрию активизирует работу правого полушария головного мозга, способствует успокоению и релаксации. Дыхание только через правую ноздрию активизирует работу левого полушария головного мозга, способствует решению рациональных задач.

*Третий вариант.* Глубокий вдох. — Пауза. На выдохе произносить звуки: *пф-пф-пф-пф*. Пауза. — Вдох. — Пауза. На выдохе: *р-р-р-р*. Пауза. — Вдох. — Пауза. На выдохе: *з-з-з-з*. Пауза. — Вдох. — Пауза. На выдохе: *ж-ж-ж-ж*. Пауза. — Вдох. — Пауза. На выдохе: *мо-ме-мэ-му*.

**10. Глазодвигательные упражнения.** Цель — развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела) и формирование вектора сканирования пространства.

*Первый вариант.* Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой.

Необходимо отрабатывать движения глаз по четырем основным направлениям (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным (по диагоналям); сведение глаз к центру. Каждое из движений делается сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.

Движения совершаются в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях, причем удержание по длительности должно быть равным предшествующему движению. При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы (маленькие игрушки и т. д.). Тем областям в поле зрения ребенка, где происходит «соскальзывание» взгляда, следует уделить дополнительное внимание, прорисовывая их несколько раз, пока удержание не станет устойчивым.

*Второй вариант.* Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Отрабатывать движения глаз по четырем основным направлениям (вверх, вниз, налево, направо) и четырем вспомогательным (по диагоналям); сведение глаз к центру. Движение глаз необходимо совмещать с дыханием. На фазе глубокого вдоха сделать движения глазами, затем удержать глаза в крайнем, латеральном (боковом) положении на фазе задержки дыхания. Возврат в исходное положение сопровождается пассивным выдохом. Упражнения можно выполнять с легко прикушенным языком или плотно сжатыми челюстями.

## **Развитие познавательной сферы психики детей**

### ***Внимание***

1. В каждое занятие включайте упражнения, игры на развитие внимания, широко представленные в литературе для педагогов и родителей.

2. Включайте в занятия задания, требующие довольно длительного сосредоточения: нарисовать город, построить сложный мост, прослушать и пересказать сказку и т. п.

3. Чаще предлагайте детям, особенно с низким показателем развития внимания, следующее упражнение: в газете, в старой книге на одной из страниц зачеркивать карандашом все буквы «а», стараясь не пропускать их (задание постепенно можно усложнить, попросив ребенка зачеркнуть все буквы «а», обвести в кружок все буквы «к», подчеркнуть все буквы «о»).

4. Используйте дидактические игры с четко выраженными правилами.

5. Регулярно включайте детей в выполнение заданий по предварительно разработанному плану действий: можно выполнять постройки из конструкторов, рисунки, орнаменты, аппликации, поделки, форму которых вы задаете словесно или с помощью схемы.

6. Тренируйте детей в пересказе рассказов, сказок по схематическому плану, составленному вами.

7. Предлагайте детям:

- повторять слова, цифры, предложения, сказанные вами;
- неоконченные фразы, которые нужно закончить;
- вопросы, на которые необходимо ответить, поощряя тех детей, кто старается чаще отвечать на них.

8. Учите сравнивать, анализировать образец и результаты своей или чужой работы, находить и исправлять ошибки.

9. На уроках в школе от детей потребуется быстрое переключение внимания с одного вида деятельности на другой. Это свойство внимания можно формировать с помощью двигательных упражнений. Ребенок должен начинать, выполнять и заканчивать свои действия по команде взрослого, быстро переходя от одного вида движений к другому: прыгать, останавливаться, шагать и т. п.

### ***Память***

1. При объяснении детям нового материала и при повторении уже знакомого сочетайте словесное объяснение с показом природы или с изображением тех предметов или явлений, о которых идет речь, используйте рисунки, таблицы, схемы (особенно для детей с хорошей зрительной памятью).

2. К детям с недостаточно хорошо развитой слуховой памятью необходим индивидуальный подход: опора не только на слух, но и на другие органы чувств (зрение, обоняние, осязание).

3. Для улучшения процесса памяти воспитывайте у детей приемы осмысленного запоминания, припоминания и умения:

- анализировать, находить в предметах определенные связи, признаки, сравнивать предметы и явления между собой, находить в них сходства и различия;
- осуществлять обобщения, объединять различные предметы по какому-то общим признакам;
- классифицировать предметы и явления на основе обобщения;
- устанавливать смысловые связи между предъявляемыми объектами для заучивания и окружающими предметами.

4. Включайте игры и упражнения для развития памяти в каждое занятие.

### ***Мышление и речь***

Мыслительный процесс состоит из ряда операций. Наиболее распространенные из них – анализ, синтез, аналогия, сравнение, обобщение, классификация. Чаще всего многие из них не осознаются. Поэтому для того, чтобы ребенок активно овладел умственными операциями, их надо выделить, довести до уровня осознания и специально им обучить.

1. Включайте в занятия следующие задания:

- сравнение пары предметов или явлений – нахождение сходства и различия между ними;
- классификация, обобщение различных предметов по общим признакам;
- нахождение «лишнего» слова или изображения, не связанного общим признаком с остальными;
- складывание целого из частей (разрезные картинки);
- последовательное раскладывание картинок и составление рассказа по ним;
- осознание закономерностей (рассмотреть орнамент, узор, продолжить его);
- задания на сообразительность, логические рассуждения и т. д.

2. Занятия по рисованию, лепке, изготовлению различных поделок должны не только включать копирование образца и отработку отдельных графических навыков, но и развивать умение планомерно исследовать предметы, фантазировать, воображать.

3. Расширяйте кругозор детей, их основные представления о природных, социальных явлениях, накапливайте у детей знания и впечатления, обсуждая с ними прочитанные книжки, анализируя поведение людей.

#### 4. В целях развития речи:

- после чтения вслух сказок, рассказов просите детей пересказать услышанное, ответить на вопросы, задать свои;
- развивайте у детей умение строить рассказ по картинке, заданному плану, заданной теме;
- упражняйте детей в построении выводов, рассуждений, умозаключений;
- учите детей доказывать свое мнение, выражать его.

На занятии должен звучать не монолог родителя, а диалог с ребенком или группой детей.

#### *Мелкая моторика*

Развитие мелкой моторики находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Поэтому желательно ежедневно делать какие-либо упражнения:

- катать по очереди каждым пальцем камешки, мелкие бусины, шарики;
- разминать пальцами пластилин;
- запускать пальцами мелкие волчки;
- сжимать и разжимать кулачки (при этом можно представлять, что кулачок – бутончик цветка: утром он проснулся и раскрылся, а вечером заснул – закрылся, спрятался);
- делать *мягкие* кулачки, которые можно легко разжать и в которые взрослый может просунуть свои пальцы, и *крепкие*, которые не разожмешь;
- двумя пальцами руки (указательным и средним) «ходить» по столу: сначала медленно, как будто кто-то крадет, а потом быстро (упражнение проводится сначала правой, а потом левой рукой);
- показывать отдельно только один палец – указательный, затем два – указательный и средний, далее три, четыре и пять;
- показывать только один большой палец отдельно;
- барабанить всеми пальцами обеих рук по столу;
- махать в воздухе только пальцами;
- кистями рук делать «фонарики»;
- хлопать в ладоши тихо и громко в разном темпе;
- собирать все пальчики в щепотку (пальчики собрались вместе – разбежались);
- нанизывать крупные пуговицы, бусины, шарики на нитку;
- наматывать тонкую проволоку в цветной обмотке на катушку, на собственный палец (получается колечко или спираль);
- завязывать узлы на толстой веревке, шнуре;
- застегивать пуговицы, крючки, молнии, кнопки, замочки, закручивать крышки, заводить механические игрушки ключиком.

Полезны такие виды деятельности, как изобразительная, конструктивная.

### Преодоление эмоционально-личностных проблем детей

#### *Упрямство, капризы, непослушание, дух противоречия*

1. Как только ребенок начинает капризничать, обнимите его, уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза.
2. Если не удалось это сделать, оставьте его в покое, не обращайтесь на него внимания, не принимайте в этой сцене участия. Сохраняйте спокойствие и равнодушие, что бы ребенок ни делал.
3. Если ребенку когда-то удалось добиться своего с помощью каприза, он будет прибегать к этому способу все чаще и чаще.
4. Когда ребенок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, как вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше.
5. Дети не умеют управлять ни своим возмущением, ни чувством вины. Поэтому нельзя проявлять после истерики ребенка недовольство, ругать и упрекать его, грозить наказанием: лучше сказать ему, что он уже достаточно наказал самого себя, и показать, что несмотря ни на что, вы его любите.
6. Ребенок гораздо охотнее примет указания, советы и будет следовать им, если будет совершенно уверен в том, что его любят безусловной любовью, если он поверит в доброе отношение к себе.
7. Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливать запреты, указывать, наказывать, давить. Побольше проявляйте тепла, доброжелательности, спокойствия, терпения, ласки, снисходительности, даже ценой некоторых компромиссов.

#### *Негативистическая демонстративность поведения*

Ребенок с таким поведением похож на кошку, загнанную в угол. Он не умеет принимать и отдавать «поглаживание» (идти на физический контакт). Подобное поведение обусловлено нарушением отношений со взрослыми, переживанием острого дефицита общения, внимания, высоких оценок. Для того чтобы привлечь внимание взрослого к себе, у ребенка есть два способа: либо вести себя очень хорошо, либо из рук вон плохо. Проявления по типу «негативистическая демонстративность» — это выбор ребенком второго способа действий.

Если ситуацию не изменить, если родители не осознают, что приводит к такому поведению ребенка, то он привыкает к психологическому дискомфорту, вызванному недостатком любви. Более того, он начинает в нем нуждаться. Взрослым может казаться, что он уже не сможет жить в атмосфере любви и нежности.

Чтобы ситуацию изменить, рекомендуется четкое распределение, регуляция родительского и воспитательского внимания к ребенку по

формуле «уделять ему внимание не тогда, когда он «плохой», а когда он хороший». Главное — замечать ребенка именно в те минуты, когда он незаметен, когда не балуется, чтобы привлечь к себе внимание. А в случае непослушания — свести все замечания, эмоциональность реакций на его поведение к минимуму, так как именно эмоциональности ребенок и добивается от взрослых своим поведением. Основная рекомендация: поддерживать открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, делает то, что надо или что можно.

### ***Агрессивность***

Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке — проявлять к нему любовь. Нет ребенка, который, чувствуя себя любимым, был бы агрессивным.

Агрессивная реакция — это реакция борьбы. Она складывается из неудовлетворенности, протеста, возникает при попытке ребенка изменить положение вещей. Досаду, раздражение, сожаление, нетерпение, отчаяние взрослые выражают куда более драматично и убедительно, нежели любовь, поэтому, если ребенок видит во взрослых людей, которые более или менее регулярно подавляют его, он непременно становится злым и агрессивным.

Свою агрессию ребенок может проявлять не только к объекту недовольства, но и к людям, животным, совершенно неповинным и безобидным. Если ребенок был чересчур избалован или заласкан в первые 3—4 года жизни, то его психическое развитие замедляется, и тогда всякое изменение отношения к нему вызывает агрессивные действия.

Одно лишь ласковое слово может снять озлобление ребенка. Нужно, чтобы он чувствовал себя принятым и любимым. Нужно понять причины протеста и сопротивления ребенка и исключить их. Необходимо снять тревожность, чему способствует теплая эмоциональная атмосфера дома и в группе, так как за агрессией стоит ощущение небезопасности, угрозы внешнего мира.

Очень важно давать выход агрессии. Для этого существуют несложные приемы: позволить ребенку яростно рвать бумагу, резать пластилин, совершать безобидные разрушительные действия, которые в приступе агрессии ребенок может делать долго и с наслаждением. После этого полезны успокаивающие занятия типа игры с песком, водой, рисование, релаксация. Полезны также спортивные упражнения.

Надо помнить: если возмущение ребенка постоянно подавляется, то оно накапливается и проявляется часто лишь в зрелом возрасте, когда невозможно докопаться до причин, потому что агрессивность уже выливается в другие формы.



### ***Повышенная двигательная возбудимость***

Если ребенок чрезмерно подвижен, если у него часто меняется настроение, если он страдает энурезом, грызет ногти, сосет палец, плохо спит – все это признаки нервного напряжения.

Причины:

- неблагоприятная обстановка в семье, чрезмерная требовательность, строгость, принципиальность родителей или других взрослых, их грубость или непоследовательность поведения;
- грубые родовспомогательные процедуры, родовая травма, раннее повреждение головного мозга;
- реакция детей на запреты бегать, лазить, прыгать, переходящая в тревожное состояние, раздражительность, безобразное поведение.

Окрики, одергивания, недовольство и раздражение взрослых, попытки утихомирить ребенка дают прямо противоположный эффект, так как это как раз те меры, которые вызывают у ребенка желание двигаться еще больше. Лучший способ – срочно найти какое-нибудь занятие, связанное с движением или игрой, требующую больших физических усилий, так как чрезмерной подвижностью ребенок пытается разрядить нервное напряжение.

В общении с такими детьми сочетайте твердость и последовательность с теплотой и доброжелательностью.

### ***Робость, тревожность***

Среди причин, вызывающих детскую тревожность, на первом месте – неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью.

За тревожностью может стоять также недостаток эмоциональной поддержки со стороны окружающих. Поэтому в первую очередь необходимо создать дома и в группе атмосферу непосредственно-эмоционального общения, взаимопонимания, доверительности, которая снимет у ребенка чувство тревоги перед взрослыми и детьми и позволит ему свободно проявлять свое собственное «Я». Очень много зависит от родителей: если ребенок будет уверен в их любви и поддержке, если дом будет для него безопасным островом, а родители, независимо от его успехов, будут продолжать верить в него – он почувствует себя спокойнее и с другими людьми.

Взрослым, желающим уменьшить или предотвратить детскую тревожность, рекомендуется следующее:

- поручения, которые вы дадите ребенку, должны соответствовать его возможностям, так как предлагая выполнить непосильные задачи, вы обрекаете его на неуспех, что ведет к снижению самооценки, неудовлетворенности собой;

- любая работа, задаваемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успехе («У тебя это получится», «Ты это умеешь хорошо делать»). Выполнение заданий надо начинать с тех, которые ребенок выполняет хорошо. В случае неуспеха нужно максимально снизить его эффект;
- недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с его собственными успехами и неудачами («Сегодня ты нарисовал гораздо лучше, чем вчера»);
- не рекомендуется давать тревожным детям задания типа «Кто первый», не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально;
- детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составить план: что мы делаем сейчас, что потом;
- разнообразные игры на развитие воображения, творческие игры (сочинение сказок, рисование на свободную тему), игры на развитие мышления помогут развить самостоятельность и уверенность у тревожного ребенка.

#### ***Отгороженность, барьеры в общении***

Найдите любую область реальных успехов, подчеркнута выделяйте в качестве чрезвычайно значимой и ценимой такую деятельность, в которой ребенок успешен, может самореализоваться, самоутвердиться, переживать успех и связанные с ним положительные эмоции, обрести утраченную веру в себя.

Введите максимально щадящий оценочный режим в сферах неуспеха. Не раздражайтесь на медлительность (такие дети в силу робости заторможены, что проявляется в замедленности моторики, психических реакций).

Не делайте за ребенка то, что он в силах сделать сам. Привлекайте его к играм, развивающим движения, сноровку, ловкость, быстроту реакции. Особое внимание уделяйте воспитанию у ребенка самостоятельности и инициативности: так как его активность невысока, он склонен делать то, что ему предложат. С этой целью используйте коллективные игры, чаще предлагая ребенку выполнение ролей, требующих принятия каких-либо решений, активного речевого общения с другими детьми (например, роль капитана корабля, врача и т. п.). Приобщайте ребенка к частым выступлениям перед детской и взрослой аудиторией (чтение стихов, роли в спектакле, танцевальные игры).

Для развития крупных движений добивайтесь повышения двигательной активности ребенка. При этом не нужно привлекать его к участию в соревновательных, спортивных занятиях: неудачи могут отпугнуть его от физкультуры. Полезны физическая зарядка, шуточные, подвижные игры.

### ***Эгоизм, жадность***

Эгоизм обычно связывают с избалованностью детей. Но это далеко не единственная причина. Эгоистичными растут не только избалованные дети, но и дети, лишенные любви, заботы. Жестокость или равнодушие к ребенку приводит к тому, что у него вырабатывается враждебное, недоверчивое, оборонительное отношение к людям и окружающему миру: он замыкается в себе, растет тревожным, агрессивным, трудным в общении. Ребенок будет неверно расценивать обладание вещами и станет эгоистом в том случае, когда его уверенности в себе будет угрожать потеря родительской любви. Он может иметь бесконечное множество игрушек и быть при этом недоверчивым эгоистом. Его неумение поделиться чем-то с другими может быть истолковано как знак недоверия, потому что вырос он только внешне, окружая себя игрушками как суррогатом теплых чувств, которых у него не было или было мало. В перевоспитании эгоистичных детей нужно руководствоваться «историей болезни».

Одно дело — *избалованные* дети, дети-потребители. Их нужно учить считаться с другими людьми, воспитывать в них доброту и отзывчивость. Не ставьте ребенка в исключительные условия, учите его делиться всем, что у него есть, делите все поровну между всеми членами семьи.

Совсем другое дело — *ребенок травмированный*, тревожный, ожесточенный, лишенный ласки и любви. Такому ребенку нужно открыть мир добрых отношений, любви и уважения, ему необходимо пережить успех, получить одобрение.

Когда в детскую коллекцию каких-либо вещей, игрушек взрослые добавляют свое время и самих себя, то окажутся в этой коллекции самой большой ценностью, значение же остальных вещей померкнет, и ребенок постепенно станет более великодушным и менее эгоистичным.

Внимание и любовь необходимы всем детям так же, как свет и тепло солнца для всего, что живет и развивается. Но любовь не должна быть слепа, она требует разумности, мудрости, которая проявляется в сочетании уважения, доброты и требовательности, ласки и строгости.

#### ***Ребенок говорит неправду***

Дети лгут, чтобы:

- произвести впечатление и упрочить собственное хорошее представление о себе, добиться похвалы или проявления любви;
- скрыть свою вину, избежать наказания;
- выразить свою враждебность.

Дети лгут, когда хотят защититься от нас взрослых. Они лгут от страха, лгут по причине повышенной тревожности по отношению к нам, взрослым, лгут от переполняемой их агрессии.

Дети ненавидят вопросы-ловушки, которые заставляют их выбирать между ложью и горькой правдой. Если вы знаете ответ, не задавайте вопросов. Не провоцируйте новую ложь. Иногда сам характер вопроса заставляет ребенка лгать, а это наносит лишний удар по его самолюбию. Лучше сказать, что вам все известно, и объяснить ребенку, как надо было поступить.

Из всех способов пресечь ложь самый бесполезный — пытаться запугать детей. Бурная, негативная реакция на ложь ребенка лишь усилит его потребность лгать. Он почувствует себя еще более неуверенно и будет еще больше стараться найти возможность заслужить похвалу, избежать наказаний, упреков. В то же время его враждебность лишь усилится из-за того, что с ним обошлись грубо.

Кроме того, взрослые то и дело путают представления ребенка, прибегая к «невинной лжи». Ребенок понимает, что в некоторых случаях взрослые говорят неправду, поэтому легко находит себе оправдание, когда сам лжет.

Если вы заметили у малыша такую особенность, **никогда не вешайте на ребенка ярлык «лгун»**. Желая показать свое отношение к его негативному высказыванию, взрослому лучше сказать: «Ты не подумал, поэтому так сказал». По сути своей эти высказывания похожи, но во втором есть уверенность в том, что вы не сомневаетесь, что ребенок хороший. Ребенок должен знать, что несмотря ни на что, его всегда любят.

Чем лучше ребенок будет чувствовать себя в обществе родителей, воспитателей, чем чаще его поощряют за хорошие поступки, тем более хорошее представление у него сложится о себе самом, и тем реже у него будет возникать потребность говорить неправду.

### ***Формирование самостоятельности***

***Правило: не делать за ребенка-дошкольника то, что он должен и может делать сам.***

А может он многое: убрать постель, игрушки, полить цветы, вымыть посуду, вынести мусор и т. д.

Лучше определить с утра, что должен делать ребенок. Целесообразно с этой целью использовать ленту с кармашками. Она вырезается из плотной бумаги. По всей длине ленты наклеиваются кармашки. Первый из них предназначен для того, чтобы туда с утра вкладывать карточки. На каждой из карточек схематично изображено то задание, которое в течение дня ребенок должен сделать. Таких заданий может быть несколько, следовательно, и карточек, которые попадут с утра в первый кармашек, тоже может быть несколько. По мере того как задания будут выполняться ребенком, он будет карточки из первого кармашка перекладывать в нижерасположенные кармашки с идентичным изображением действия. Например, карточка, изображающая уборку пос-

тели («Кровать»), будет переложена ребенком в кармашек, на котором изображен этот же предмет («Кровать») и т. д. Задания даются с утра, а ребенок может выполнять их, когда захочет. Но в конце дня, вечером родители должны проверить качество выполнения намеченных дел.

Нередко процесс одевания на прогулку вызывает раздражение у родителей. Чтобы этого не было, следует использовать схему. Имеется в виду полоска бумаги, на которой последовательно нарисованы предметы одежды, которые ребенок надевает перед выходом на прогулку. Эта полоска вывешивается на стене рядом со стулом, где малыш одевается. Она поможет ему вспомнить всю последовательность одевания.

Нужно помнить о том, что такие понятия, как «самостоятельность» и «уверенность в себе», тесно соседствуют друг с другом. Поэтому, развивая уверенность в себе, мы тем самым способствуем формированию самостоятельности. И наоборот.

### **Дочки-матери (развитие сюжетно-ролевой игры дошкольников)**

В последнее десятилетие проблема материального обеспечения заставляет родителей много работать и при этом меньше и меньше уделять внимания детям. Члены семей все чаще жалуются на трудности общения, непонимание и душевную черствость. Дети скучают по родителям, по-своему переживая духовное одиночество.

По этой причине растет число неуправляемых детей, не умеющих общаться, легко впадающих в гнев или надолго уходящих в себя, замкнутых. Все это — реакция на непонимание взрослым детских проблем, реакция на непризнание, невнимание.

Выход из этого критического состояния только один: установить с ребенком теплые доверительные отношения, проявить неподдельный интерес к его детским заботам, одновременно ориентируя его на проблемы других людей

Однако вначале попробуем определить *проблемы современных родителей*. Родители, как правило, считают, что их детям предстоит жить в обществе более жестком, требующем высокой квалификации и менее гуманном, основанном на борьбе за выживание.

Такая позиция взрослых приводит к недооценке дошкольного детства как особой поры радости, обесцениванию собственно детских увлечений, таких как рисование, танцы, музыка, игра. Следует особо подчеркнуть, что это не просто детские увлечения, а магистральные линии развития дошкольника — эстетическое и социальное развитие. **Недопонимание этого родителями отдаляет их от детей и является причиной появления дошкольников, отрицательно настроенных на обучение, что неминуемо ведет к снижению их познавательных и творческих способностей.** В такой непростой ситуации перед родителями стоят **важнейшие задачи:** при всех катаклизмах ценить детство; больше общаться со своими детьми; стремиться к тому, чтобы ребенок познавал мир в тех формах действительности, которые ему близки, доступны, приносят радость и более всего продвигают его в развитии. Способности проявляются тогда, когда ребенок проявляет личную заинтересованность в деятельности, когда она порождает творческий порыв.

Игра имеет большое значение для развития ребенка. Ребенок охотнее всего принимает и выполняет любые виды заданий, если они даются ему в игровой форме. Но чтобы игра полностью выполнила свою роль в воспитании дошкольника, нужно уметь ее поддерживать, сделать как можно богаче и интереснее.

Одним из видов наиболее важных и нужных игр для ребенка является **сюжетно-ролевая игра.**

### *Чему он в ней обучается?*

- Эмоционально вживаться, «врастать» в социальный мир взрослых людей.
- Переживать жизненные ситуации других людей как свои собственные, понимать смысл их действий и поступков.
- Осознавать свое реальное место среди других людей.
- Сделать для себя открытие: желания и стремления других людей не всегда совпадают с моими.
- Уважать себя и верить в себя. Решая игровые задачи, дети проявляют максимальную компетенцию, они действуют уверенно, не задавая вопросов взрослому и не спрашивая у него разрешения. Игра – это арена детских успехов и достижений.
- Надеяться на собственные силы при столкновении с проблемами.
- Говорить с самим собой, интуитивно познавать себя.
- Изживать свой гнев, зависть, тревогу, беспокойство. В свободных играх агрессия, страх, напряжение находят выход и ослабевают, что значительно облегчает реальные взаимоотношения между детьми.
- Делать выбор.

### *Как родители могут помочь ребенку в развитии сюжетно-ролевой игры?*

Попробуем дать некоторые советы. В каждой сюжетно-ролевой игре можно выделить следующие составляющие: **игровой материал, сюжет, содержание, роли, игровые действия**. Остановимся на некоторых из них.

#### **Игровой материал**

Существуют возрастные особенности организации пространственной и предметной среды. Чем младше ребенок, тем менее у него развито воображение, а значит, тем больше ему следует опираться на внешнюю сторону игры, тем больше ему нужно игрушек, тем детальнее у него должно быть организовано пространство. И чем старше дети, тем больше воображаемых действий они могут произвести, тем меньше они нуждаются во внешних опорах в виде игрушек и т. п. Детям младшего дошкольного возраста необходимо предоставить игрушки для развернутых действий. Например, для того, чтобы устроить обед, нужны ложки, тарелки и другие предметы.

Детям среднего дошкольного возраста интересна роль и отношения в ней. Игровые действия производятся в более сокращенном виде. Так, «обед» может изображаться двумя-тремя взмахами руки по направлению ко рту и словами: «Уже поели». Интерес для детей четырехлеток представляют костюмы, наряды, разные аксессуары, подчеркивающие не только типичные черты, но и индивидуальность выбранной ими роли.

Детям старшего дошкольного возраста интересно менять свои роли и сюжеты игры. Им необходимо иметь характерные атрибуты роли – немного игрушек и набор предметов для самого различного использования. Старший дошкольник больше нуждается в пространстве, чем в игрушках. Детям этого возраста нравится иметь несколько «настоящих» игрушек, максимально реалистичных, с характерными деталями. Это, например, кукла с сумочкой, в шляпке и с сережками в ушах; пассажир с чемоданчиком и кошельком. У куклы части тела подвижны. Одежда тоже должна отличаться разнообразием (утренние, вечерние, спортивные варианты одежды). Ценятся машины известных марок, кареты, трансформер, робот. Но в любом возрасте сюжетно-ролевая игра начинается с потребности ребенка создать собственный мир и некоторое время существовать в нем.

В доме, где живет ребенок, должен быть уголок для игры.

#### ***Игровая в саквояже***

Для игры в небольших помещениях, в садовых беседках и тому подобных местах следует использовать обычную коробку (чемодан). Для нее следует приготовить небольшого размера кукол, изображающих милиционера, врача, животных; игрушечную мебель, посуду и тому подобное; небольшой домик; разнообразный подсобный материал: лоскутки, небольшие кубики, шарики, брусочки и т. п.

#### ***Наряды***

Больше всего дети любят наряжаться. Фуражка милиционера, фата невесты помогают детям не только вжиться в соответствующую роль, но и воссоздать в представлении целую ситуацию. Костюмы необходимы для перевоплощения.

Дома желательно иметь сундуки с нарядами, где собирается целая коллекция различных вещей: платки разного размера, платья, юбки, кусочки меха, ткани, перья, шляпы и т. д.

#### ***Коллекция сокровищ***

Дайте ребенку красивую коробку, шкатулку или сумочку. Можно сделать специальный сундучок, в котором накапливаются сокровища. Дети собирают ценные с их точки зрения вещи. Девочки ценят бусы, ободки на голову, красивые перья веера, кусочки меха, цветные ленточки, блестящие лоскутки, пояса и т. п. Мальчики предпочитают разные амулеты, солдатские атрибуты, ремни, ремешки от часов и т. п. Игра состоит в том, что ребенок примеряет эти вещи, входит в роль и представляет себя в разных ситуациях.

### **Сюжет**

Удивительно, насколько дети консервативны в выборе сюжетов для игр! Каждое поколение детей играет в одни и те же игры. Это одна



из тайн детской игры. Может быть, в этих играх с вечной тематикой отражена суть нашей жизни?

Нам кажется, что сюжет не оригинален, а действия не отличаются разнообразием. Но ребенок вновь и вновь воспроизводит понравившиеся сюжеты, почти ничего не меняя.

Сюжет — это то, что дети видят вокруг себя, о чем им часто рассказывают и читают взрослые (дочки-матери, водители, летчики, строители, детский сад, больница). Конечно, они только примерные и наиболее типичные. Во все это можно играть и в три, и в четыре, и в пять лет. Но важно, чтобы круг сюжетов постепенно расширялся, включая в себя все новые и новые стороны окружающей жизни.

Вот вы идете с сыном гулять и останавливаетесь у забора, за которым строится новый дом. Виден башенный кран, переносящий панели, рабочие, устанавливающие их на места. В ворота въезжают груженные самосвалы. Мальчику, конечно, все это интересно.

Воспользуйтесь случаем, расскажите ему, как рождается и идет стройка, какие работники в ней участвуют, как люди ждут новых квартир и радуются, въезжая в них. А потом, дома затейте игры «в строительство дома», «в новоселье».

А вот другой повод для расширения сюжетов игр. Возвращаясь с дочкой домой, вы остановились у почтового ящика, вынули газеты и письмо. Откуда они пришли, как попали в ящик? После рассказа об этом можно начинать игры «в типографию», «в почту».

Богатый материал для игр могут дать походы в зоопарк, путешествия на поезде, пароходе, автобусе и праздники: детские, на которых побывал сам ребенок, и «взрослые», которые он видел по телевизору.

Можно использовать для игр и сюжеты знакомых ребенку сказок. Только не стоит путать свободную игру с драматизацией, подобной театральному представлению. Учить ребенка запоминать и воспроизводить услышанное, лучше не в свободной игре, а в занятиях с ним. А в игре, скорее наоборот, целесообразно поощрять собственную фантазию ребенка, любые придуманные им новые «ходы», варианты сюжета. Не обязательно, например, чтобы волк съел бабушку и Красную Шапочку. Гораздо интереснее, если девочка разгадает его коварный замысел, и вместо бабушки в избушке его будет ждать охотник с ружьем или клоуны, которые насмешат волка и пригласят его в цирк.

Но дело, конечно, не только в подсказывании ребенку новых сюжетов для игр. Еще важнее, чтобы родители помогали усложнять и разнообразить их содержание — разыгрывать каждый сюжет более полно и развернуто. Общее направление в развитии содержания детских игр — постепенный перевод детей от воспроизведения отдельных дей-

твий изображаемых в игре персонажей к воспроизведению взаимоотношений между ними. Что это значит?

Вот «больной» (мама) приходит к «доктору» (дочке).

– Доктор, я что-то плохо себя чувствую. Наверное, простудилась. Измерьте мне, пожалуйста, температуру.

«Доктор» берет игрушечный термометр (из набора «Доктор Айболит») или просто палочку, встряхивает, ставит под мышку «больному». Потом вынимает, смотрит: «Да, у вас температура. Надо выпить лекарство». Дальше разворачивается ситуация «лечения»: достается бутылочка с «лекарством», из нее воображаемая жидкость наливается в ложечку, которая подносится ко рту «больного». «Больной» пьет, благодарит и уходит.

Это – пример примитивного содержания игры, где главное внимание уделено изображению отдельных действий врача: он измеряет температуру, дает больному лекарство. Но «в доктора» можно играть и по-другому. Начало игры – такое же. Однако после осмотра «больной» отказывается пить лекарство: «Ой, я не хочу пить это лекарство. Оно, наверное, горькое». И «доктору» приходится уговаривать неразумного больного, доказывать, что выпить лекарство необходимо, иначе болезнь затянется (не беда, что мама при этом выступает в роли капризного пациента – дети прекрасно понимают шуточный характер подобных ситуаций). Затем «больной» просит совета относительно режима. Но лежать в постели он опять-таки отказывается. И «доктору» приходится снова успокаивать, объяснять, уговаривать, а, может быть, и строго отчитывать «больного». В этом варианте игры главное – уже не внешние действия врача, а его взаимоотношения с больными. Он – знающий и авторитетный специалист, который отвечает за здоровье своих пациентов.

Серьезного обогащения содержания игр ребенка трудно добиться, если в них будут постоянно исполняться только две роли (врач и больной, шофер и пассажир, капитан и матрос и т. п.). Для того чтобы передавать взаимоотношения людей в общем деле, вносить в игру по-настоящему серьезное содержание, необходимо одновременное участие нескольких персонажей. Конечно, очень хорошо, если условия позволяют вовлечь в игру сверстников вашего ребенка. А если это невозможно? Об этом стоит поговорить особо. Выход в том, чтобы постепенно приучать ребенка самого исполнять несколько ролей, последовательно менять их по ходу игры.

Начните сами брать на себя несколько ролей, и ребенок будет вам подражать (на первых порах с небольшой подсказкой).

– Давай играть в паропход. Ты будешь капитан, а я матрос. Товарищ капитан, нам, кажется, пора отплывать? Командуйте.

– А теперь я – пассажир, – говорит взрослый. – Уважаемый капитан, скажите, пожалуйста, когда мы приплывем в Москву? Вы знаете,

меня сильно укачало, я очень плохо себя чувствую. У вас на пароходе нет доктора?

– А теперь я – доктор. Товарищ капитан, мне сказали, что на пароходе есть больной пассажир. Где он?

В смене ролей могут помочь атрибуты, символизирующие исполняемую роль (бескозырка для матроса, сумка с красным крестом для доктора и т. п.).

Другим приемом, помогающим развитию содержания игры, является введение в нее новых ситуаций.

– Товарищ капитан, – докладывает «радист». – Я принял сигнал бедствия. Недалеко от нас находится судно, на котором возник пожар. Оно просит помощи...

Здесь возможен и шторм, и посадка на мель, и многое другое.

Развитие игры требует определенных изменений в игровом материале. Прежде всего, это введение атрибутов, которые вовсе не должны копировать настоящие вещи. Это – только знак «посвящения» в роль, ее символ. Поэтому чем проще, тем лучше. Для того чтобы стать Красной Шапочкой, достаточно красного лоскутка, повязанного вокруг головы, Серый Волк может быть с успехом обозначен ушами на бумажном ободке, бабушка – мотком ниток и т. п.

Что касается игрушек и неоформленного материала, при помощи которого «замешаются» нужные для игры предметы, то все это следует подбирать по признаку функциональности – возможности выполнять с ними разнообразные действия, а один и тот же неоформленный материал (кубики, палочки и др.) учить использовать как можно шире и разнообразнее. Так, две скрепленные между собой планки из пластмассового конструктора могут использоваться как подъемный кран, пистолет; трубка, свернутая из картона, может служить подзорной трубой. Изготовление и использование в игре простейших самоделок заслуживает всяческого поощрения.

Если игре ребенка уделялось взрослыми много внимания, в старшем дошкольном возрасте возрастают творческие способности ребенка, его воображение становится творческим.

Сюжетно-ролевая игра – сложная, многоплановая деятельность, она растет, развивается в разных направлениях. Одно из таких направлений ведет от развернутой игры к игре «в уме», в собственном воображении. Далеко не всегда стоит помогать ребенку, вмешиваться в его замыслы. В пять лет дети, как правило, способны обходиться и без партнеров, а иногда даже без видимых со стороны действий.

Вот как описывает, например, поведение сына, которому только что исполнилось шесть, психолог В.С. Мухина.

«Кириллка расставляет на тахте вокруг себя игрушки.

Тихо лежит около часа.

– Что ты делаешь? Ты заболел?

– Нет, я играю.

– Как же ты играешь?

– Я на них смотрю и думаю, что с ними происходит».

Этот переход игры «внутри» – важная веха умственного развития ребенка, знаменующая собой появление способности к мысленному преобразованию действительности. Могут ли родители способствовать такому переходу? Конечно. Купите сыну разнообразных солдатиков, и пусть он «командует» сражающимися армиями. Или подскажите ему, что можно поиграть с шахматными фигурами, среди которых есть и короли, и королевы, и офицеры, и всадники. Речь идет в данном случае не об игре в шахматы, а об использовании шахматных фигур в сюжетной игре. Попробуем представить себе, как можно помочь ребенку организовать такую игру.

Папа высыпал на стол шахматные фигуры.

– Смотри, Миша. Этими фигурами играют во «взрослую» игру – шахматы. Это – очень трудная игра. Когда ты немножко подрастешь, я тебя научу в нее играть. А пока с фигурами можно играть и по-другому. Вот эта фигура – король. А это – королева. Видишь, они выше всех. А вот офицеры – они как будто в шлемах. Коня ты, конечно, сразу узнал. У нас это будут всадники – воины на конях. Есть еще фигуры, похожие на башни. Пусть это будут стражи, охраняющие вход в королевский дворец. А остальные все одинаковые. Это – солдаты, слуги короля и королевы и вообще любые люди, которые приходят во дворец. Фигуры есть белые и черные – здесь целых два королевства. Давай поиграем. Будто белый король хочет пригласить к себе в гости черного короля. С этой стороны у нас будет белое королевство и дворец, около которого стоят стражи. А с этой стороны – черное королевство. Как ты думаешь, кого пошлет белый король к черному королю, чтобы его пригласить к себе в гости?

– Наверное, человека на лошади, чтобы быстрее доехал.

– Хорошо. Вот белый король позвал к себе всадника и говорит: «Скачи скорее к соседнему королю. Скажи, что у меня будет праздник, и я его приглашаю в гости». И всадник прискакал. А стража его остановила: «Откуда вы прискакали и зачем вам нужно во дворец?» Что он ответил?

– Меня послал король. Он хочет пригласить вашего короля в гости.

– Пожалуйста, – говорят стражи, проезжайте...

Игра разворачивается дальше. Не беда, что на первых порах придумывать разные ситуации придется в основном родителям. Скоро и сам ребенок овладеет этим искусством. Его нужно активно вовлекать в игру, постепенно приучая думать и говорить за персонажей. Изобразить при помощи шахматных фигур два королевства проще всего. Но останавливаться на

этом нельзя. Игры будут чрезвычайно однообразны. Помогите ребенку менять значение фигур, использовать их для изображения самых разных сюжетов. Так, белая королева может превращаться и в прекрасную принцессу, и в добрую фею, и в трудолюбивую падчерицу, черная — в злую волшебницу, в мачеху, в привередливую дочку, в Бабу-Ягу... Не меньше превращений может происходить и с другими фигурами. Одним словом, шахматные фигуры — прекрасный материал для игр на сказочные сюжеты, да и не только на сказочные. Конечно, при этом вовсе не обязательно, чтобы в каждой игре использовались все фигуры, из них можно отбирать те, которые нужны в данном случае.

Такая игра сюжетная, но уже не ролевая. Иногда ее называют **режиссерской**. В самом деле, ребенок здесь не берет на себя никакой роли. Он раздает роли солдатикам, шахматным фигурам, куклам, а сам выступает в качестве режиссера, руководящего разыгрыванием того или иного сюжета. От режиссерской игры до игры в воображении — один шаг, и первая легко переходит во вторую.

Будет неплохо, если вы посоветуете ребенку, готовясь к режиссерской игре, заранее сделать необходимые «декорации», например, нарисовать дворцы белого и черного королей, лес, в который злая мачеха посылает падчерицу, и т. п. Такие «декорации» могут быть весьма условными, как при разыгрывании сказок, которое описано в разделе «О чем рассказывает сказка» в предыдущей части. Они могут напоминать план (или карту) местности. Но вовсе не следует отрицательно относиться и к рисункам со всяческими украшениями, если ребенок стремится и умеет их создавать.

Нередко и вся режиссерская игра в целом разворачивается ребенком в процессе рисования, без применения фигур, игрушек или какого-либо другого материала. Нарисованные им самим фигурки людей, животных оживают, вступают между собой в разнообразные взаимоотношения. Солдаты стреляют, сбивают фашистские самолеты. Сказочные принцессы танцуют с принцами, скрываются от злой волшебницы... Не все родители понимают, что рисование ребенка во многих случаях тоже игра, которую следует поощрять. Нередко вместо этого внушают ребенку, что так не бывает, что нарисованные люди не могут двигаться, действовать, появляться и исчезать. Конечно, не могут, если исходить из правил «взрослого» рисования. Но детский рисунок — совсем другое дело. Никогда не судите о нем, не разобравшись. И если вся нарисованная вашим сыном картина «про войну» оказывается исчерпанной так, что уже ничего на ней не разберешь, не торопитесь с осуждением: «Что ты тут намазюкал?» Лучше попросите малыша рассказать о своем замысле. Ведь вполне возможно, что шла перестрелка, которая и изображена в виде множества перекрещивающихся линий.

Еще одно направление развития сюжетно-ролевой игры – переход к **игре-драматизации**. Она может начинаться и до пяти лет. Простейшие драматизации мы рекомендовали проводить уже с четырехлетними детьми для более глубокого их ознакомления со сказкой.

Начиная с пятилетнего возраста, драматизация все более расходуется с сюжетно-ролевой игрой, становится похожей на театральный спектакль. Здесь действуют иные законы, чем в сюжетно-ролевой игре. Необходимо научиться проникать в смысл драматизируемых произведений, изображать манеры и характер персонажей, пользуясь мимикой, жестами интонацией. Конечно, далеко не все родители сами в достаточной мере владеют актерским мастерством, для того чтобы учить ему ребенка. Но подлинного актерского мастерства и не нужно, требования к драматизации значительно менее жесткие.

Наилучшим материалом для драматизации могут служить сказки, прежде всего народные сказки, героями которых являются животные: у них очень яркие, определенные характеры, внешние повадки; их интересно и легко изображать. Начинать лучше с давно знакомых ребенку сказок, например, с того же «Колобка». Не беда, если эти сказки раньше служили материалом для других форм работы, в драматизации они выступят по-новому, заново приобретут привлекательность для ребенка.

Значение драматизации для умственного развития состоит как раз в том, что драматизация дает возможность познакомить ребенка с новым для него видом обозначения – обозначением действий и состояний при помощи выразительных движений.

Такие обозначения дети используют и в сюжетно-ролевых играх, изображая, например, как шофер вертит «баранку» или как мама разливает чай. Но в сюжетно-ролевой игре выразительные движения имеют вспомогательное значение, внимание ребенка на них не фиксировано, и если партнер по игре не понимает, что хочет изобразить ребенок, – не беда, это с лихвой может быть компенсировано при помощи слов. Другое дело – драматизация. Она требует намеренного, сознательного изображения, причем такого, которое вполне понятно. А к этому ребенка следует подготовить. В качестве подготовки хорошо использовать небольшие упражнения, которые имеют форму своеобразных загадок.

– Угадай, что я делаю, – говорит мама и изображает, например, как она причесывается (в руках ничего нет). – А теперь загадай загадку мне. Ты, наверно, чистишь зубы?

От загадывания простых действий (умывание, одевание, подметание пола и т. п.) можно перейти к целым пантомимическим сценкам (изображение молча, при помощи движений), а потом и к загадыванию состояний, переживаний.

– Отгадай, что я чувствую.

Мама закрывает лицо руками. Она «плачет»...

Семейные «спектакли» на первых порах должны быть короткими. Каждый участник последовательно играет несколько ролей, меняя детали костюма (они могут быть очень простыми). И очень хорошо, если при этом есть хотя бы один зритель.

Затевая драматизацию, не стоит заставлять ребенка заучивать свою роль наизусть. Вполне достаточно, если он будет верно передавать общий смысл реплик изображаемых персонажей.

Итак, **сюжетно-ролевая игра, режиссерская игра, игра-драматизация**. Эти три разновидности сюжетной игры отнюдь не заменяют и не исключают друг друга. Каждая имеет свои преимущества, вносит свой особый вклад в умственное (да и не только в умственное) развитие ребенка. Не беда, если ребенок на какое-то время увлечется одной из них, забросив другие. Но лучше, чтобы игры разных типов перемежались между собой. Об этом должны заботиться родители, однако делать это надо очень осторожно, ненавязчиво. Вообще руководство игрой по мере роста ребенка, совершенствования его собственных игровых умений становится все более тонким делом, требующим большого такта со стороны взрослого. Слишком велика опасность подавить инициативу и в придумывании игры, и в ее реализации.

Если у вас один ребенок, то, конечно, за вами сохранится функция его партнера по сюжетно-ролевой игре и по игре-драматизации. Однако лучше, если эту функцию удастся передать другим детям. Это могут быть дети соседей, родственников. Не жалейте труда на организацию «детского общества» для своего ребенка. Этот труд окупится серьезным продвижением в его развитии.

В совместную игру детей старайтесь вмешиваться как можно меньше. Выступайте в функции советчиков. Можно подсказать детям сюжет игры, «подбросить» подходящий игровой материал. Ну а потом достаточно отвечать на вопросы, если они возникнут в ходе игры. И обязательно быть заинтересованным и доброжелательным зрителем.

## Уроки общения

### Урок № 1. Безусловное принятие

Открытия психологов в последние десятилетия сделали бесспорной истину: **без общения со взрослыми, так же как и без пищи, ребенок плохо развивается не только психически, но и физически – он не растет, худеет, теряет интерес к жизни.**

Если продолжить сравнение с пищей, то можно сказать, что общение может быть не только полезным, но и вредным. Плохая еда отравляет организм. Неправильное общение отравляет психику ребенка, ставит под удар его психологическое здоровье, эмоциональное благополучие, а впоследствии, конечно, и его судьбу.

Еще одно открытие сделали практически психологи. Оно заключается в том, что большинство родителей, которые обращаются за психологической помощью по поводу трудных детей, сами в детстве страдали от конфликтов с собственными родителями. Напрашивается вывод: стиль родительского поведения непроизвольно записывается (или запечатлевается) в психике ребенка. Став взрослым, человек воспроизводит его, так как другого он не знает. Таким образом, большинство родителей воспитывают своих детей так, как их самих воспитывали в детстве.

«Со мной никто не возился, и ничего, вырос», – говорит папа, не замечая, что вырос он как раз человеком, который не умеет заниматься и дружить с сыном.

Из всего сказанного следует вывод: способам правильного общения с ребенком нужно обучаться.

Начиная первый урок, необходимо познакомиться с одним общим принципом, без соблюдения которого все попытки наладить отношения с ребенком оказываются безуспешными: ***принципом безусловного принятия ребенка.***

Что это значит?

Безусловно, принимать ребенка – значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!

Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь (лениться, драться, грубить), не начнешь (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)».

Прислушаемся: в этих фразах ребенку прямо сообщается, что его любят «только если...».



Причины широко бытующего оценочного отношения к детям кроются в твердой вере, что награды и наказания — главные воспитательные средства.

Похвалишь ребенка — и он укрепитесь в добре, накажешь — и зло отступит. Однако кто не знает такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? Потому, что воспитание малыша — это не дрессура. Психологи доказали, что одной из самых важных потребностей человека, является потребность в любви, в нужности другому. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка.

Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Делать это можно разными способами. Например, такими: приветливые взгляды, ласковые прикосновения, прямые слова: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе».

Известный семейный психотерапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужны не менее восьми объятий в день. Если ребенок не получает таких знаков внимания, то появляются эмоциональные проблемы, а то и нервно-психические заболевания.

Мать одной пятилетней девочки, обнаружив у дочери симптомы невроза, обратилась к врачу. В разговоре выяснилось, что однажды дочь спросила: «Мама, а какая самая большая неприятность была у вас с папой до моего рождения?» — «Почему ты так спрашиваешь?» — удивилась мать. — «Да потому, что потом ведь самой большой неприятностью у вас стала я», — ответила девочка.

Попробуем представить, сколько десятков (если не сотен) раз слышала эта девочка, прежде чем прийти к подобному заключению, что она «не такая», «плохая», «всем надоедает», «сущее наказание»... И все пережитое воплотилось в ее невроз.

У родителей в таких семьях горечи не меньше, чем обид: «Не жизнь, а одно мучение». Какие же причины мешают родителям принимать ребенка и показывать ему это? Основная причина — это настрой на воспитание. Родитель объясняет: «Как же я буду его обнимать, если он еще не выучил уроки? Сначала дисциплина, а потом уже добрые отношения. Иначе я его испорчу».

И возникает заколдованный круг. Выйти из этого круга можно, только соблюдая следующие правила:

- можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом (не «ты – грубиян», а «ты не подумал и сказал грубость» и т. д.);
- можно **осуждать поступки** ребенка, **но не его чувства**, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были, раз они у него возникли, значит, для этого есть основания;
- недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе это перерастет в неприятие его.

Упомянем и о других возможных причинах неприятия ребенка. Иногда родители о них не подозревают, иногда их осознают, но стараются заглушить свой внутренний голос.

Например, ребенок появился на свет, так сказать незапланированным. Или родители мечтали о мальчике, а родилась девочка. Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые его жесты или выражения лица вызывают глухую неприязнь.

Скрытой причиной может быть, например, стремление компенсировать свои жизненные неудачи, не осуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним свою независимость. Иногда в таких случаях сами родители нуждаются в помощи консультанта. Но все равно первый шаг можно и нужно сделать самостоятельно: задуматься о возможной причине своего неприятия ребенка.

Следующими шагами будут **домашние задания**.

**Задание № 1.** Посмотрите, насколько вам удастся принимать вашего ребенка. Для этого постарайтесь в течение дня (а лучше двух-трех дней) подсчитать, сколько раз вы обратились к нему с эмоционально положительными высказываниями (радостным приветствием, одобрением, поддержкой) и сколько – с отрицательными (упреком, замечанием, критикой). Если количество отрицательных высказываний равно или перевешивает число положительных, то в общении с ребенком у вас не все благополучно.

**Задание № 2.** Закройте на минуту глаза и представьте себе, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете, что он вам близок и дорог? А теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит из школы, а вы показываете, что рады его видеть. Представили? Теперь вам легче будет сделать это на самом деле и первым делом, до всяких других слов и вопросов. Хорошо, если вы продолжите **эту встречу в том же духе и в течение еще нескольких минут**.

**Задание № 3.** Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные – утреннее приветствие и поцелуй на ночь – не считаются).

*Примечание.* Неплохо то же делать и по отношению к взрослым членам семьи.

**Задание № 4.** Выполняя три предыдущих задания, обратите внимание на реакцию ребенка и на свои собственные чувства.

### **Урок № 2. Помощь родителей**

Предыдущий урок был посвящен тому, как важно постоянно сообщать ребенку, что он нужен вам и важен для вас, что его существование — радость для вас. А если ребенок делает, как вам кажется, не то, не слушается? На втором уроке предстоит разобрать ситуацию, в которой ваш ребенок чем-то занят, что-то делает, но делает, по вашему мнению, не так, плохо, с ошибками.

К примеру, второклассник пишет письмо бабушке. Вы заглядываете ему через плечо: письмо трогательное, да вот только почерк корявый и ошибок много — все эти детские «ишо», «сонце», «чюйствую»... Вы поправляете. Но ребенок после замечаний расстраивается, скисает, не хочет писать дальше.

Вот другой пример. Однажды мать заметила уже довольно взрослому сыну: «Ой, как у тебя получается неуклюже, ты бы сначала научился...». Это был день рождения сына, и он в приподнятом настроении азартно танцевал со всеми, как умел. После этих слов мальчик сел на стул и мрачно просидел весь остаток вечера — день рождения был испорчен.

Вообще разные дети по-разному реагируют на родительские «не так»: одни грустнеют и теряются, другие обижаются, третьи бунтуют: «Раз плохо, не буду вообще!»

Чтобы лучше это понять, следует вспомнить, какими вы сами были детьми. Дела, кажущиеся сегодня простыми, тогда, в детские годы, были трудными. Вот почему нелепы, с психологической точки зрения, любые критические замечания, обращенные к человеку, который учится что-нибудь делать сам!

Как же научить, если не указывать на ошибку? Учить необходимо, конечно, но исправлять ошибки нужно с особенной осторожностью. **Во-первых**, не стоит замечать каждую ошибку, **во-вторых**, ошибку лучше обсудить потом, **в-третьих**, замечания всегда надо делать на фоне общего одобрения.

Если ваш ребенок строит из кубиков странный дворец, лепит собачку, похожую на ящерицу, пишет корявым почерком или не очень складно рассказывает о фильме, но при этом увлечен или сосредоточен — не критикуйте, не поправляйте его. А если вы еще и проявите искренний интерес к его делу, то почувствуете, как усилятся взаимное уважение и принятие друг друга, необходимые и взрослым, и детям.

Возможно, теперь вы готовы принять *правило*, которым стоит руководствоваться в тех ситуациях, когда ребенок чем-то занят самостоятельно. Обозначим его так: «Не вмешивайтесь в дело, которым занят

ребенок, если он не просит помощи!» Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно, справишься».

### **Домашние задания**

**Задание № 1.** Представьте или наметьте круг дел (можно даже составить их список), с которыми ваш ребенок может справиться самостоятельно, хотя и не всегда хорошо.

**Задание № 2.** Выберите из этого круга несколько дел и постарайтесь ни разу не вмешаться в их выполнение. В конце одобрите старания ребенка, несмотря на их результат.

**Задание № 3.** Запомните 2-3 ошибки ребенка, которые вам показались особенно досадными. Найдите подходящее время и спокойно и тактично поговорите о них.

### **Урок № 3. Давай вместе!**

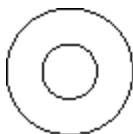
Мы говорим о том, как важно оставлять ребенка в покое, если он хочет делать что-то сам, и, судя по всему, делает это с удовольствием. Однако нередко возникают ситуации, подобные следующей.

Рассказывает отец 11-летнего мальчика. «Мы подарили Мише на день рождения конструктор. Он обрадовался, сразу стал его собирать. Было воскресенье, и я играл с младшей дочкой на ковре. Через пять минут слышу: «Пап, не получается, помоги!» А я ему в ответ: «Ты, что маленький? Сам разбирайся». Миша с тех пор к конструктору не подходит».

Нередко так же поступают и другие родители, скорее всего, из лучших побуждений: хотят приучить детей быть самостоятельными. Бывает, конечно, и другое: некогда, неинтересно или родители сами не знают как надо.

Придерживайтесь **правила: если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. Очень хорошо начать со слов: «Давай вместе».**

И это не просто добрый совет. Он опирается на психологический закон, который открыл выдающийся психолог Лев Семенович Выготский. Его название «Зона ближайшего развития ребенка». Чтобы понять его, давайте нарисуем простую схему: один круг внутри другого. Маленький круг будет означать все дела, с которыми ребенок справляется сам, а зона между границами малого и большого круга – дела, которые ребенок делает только вместе со взрослыми. За пределами большого круга окажутся задачи, которые ему сейчас не под силу – ни одному, ни вместе со старшими.



Таким образом, Л.С. Выготский показал, что по мере развития ребенка круг дел, которые он начинает выполнять самостоятельно, увеличивается за счет тех дел, которые он раньше выполнял вместе со взрослыми, а не тех, которые за пределами наших кругов. Другими словами, завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с мамой, и именно благодаря тому, что это было «с мамой». Зона дел вместе — это золотой запас ребенка, его потенциал на ближайшее будущее. Вот почему ее назвали «зоной ближайшего развития».

Представим себе, что у одного ребенка эта зона широкая, то есть родители с ним много занимаются, а у другого — узкая, так как родители часто предоставляют его самому себе. Первый ребенок будет развиваться быстрее, чувствовать себя успешнее, увереннее, благополучнее.

Надо сказать, что дети хорошо чувствуют и знают, в чем они сейчас нуждаются. Как часто они просят: «Поиграй со мной!», «Пойдем, погуляем!», «Возьми меня с собой!», «А можно, я тоже буду?».

И если у взрослых нет причин для отказа или отсрочки, ответ должен быть только один: «Да!».

Примеры убедительно доказывают: когда родители ведут себя сообразно описанному закону, им легко сохранять дружеские, благожелательные отношения с детьми.

Мы подошли к тому, чтобы записать **правило № 2** целиком.

**Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему:**

1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.
2. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

Если присмотреться к любому делу, которое дети осваивают с вашей помощью, многое окажется схожим. Обычно дети активны, и они хотят постоянно делать то, что делают взрослые. Если мать раньше отрывала дочке кусок теста и давала ей сделать свой, детский пирожок, то позже девочка сама захочет месить и разделять тесто. Это стремление ребенка завоевывать все новые территории очень важно и его следует хранить как зеницу ока.

Как «не забить», не заглушить естественную активность ребенка? Оказывается, родителей подстерегает здесь двойная опасность. Первая опасность: слишком рано переложить свою часть на ребенка. Вторая опасность: наоборот, слишком долгое и настойчивое участие родителей, так сказать, занудливое руководство в совместном деле.

### **Домашние задания**

**Задание № 1.** Выберите какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка. Предложите ему: «Давай вместе!». Посмотрите на его реакцию: если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите, когда можно ослабить ваше участие (отпустить руль), но не делайте это слишком рано или резко. Отметьте первые, даже небольшие успехи ребенка.

**Задание № 2.** Выберите пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам. Повторите ту же процедуру. Снова поздравьте с успехами его и себя..

**Задание № 3.** Обязательно в течение дня поиграйте, поговорите по душам с ребенком, чтобы время, проведенное вместе с вами, было для него положительно окрашено.

### **Урок № 4. А если не хочет?**

Совместные занятия — это настолько важная тема, что ей необходимо посвятить еще один урок. «Как быть в случаях, когда многие обязательные дела (убрать игрушки, застелить постель, сложить учебники в портфель с вечера), ребенок вполне освоил, но все это он упорно не делает?» — спрашивают родители.

Все зависит от причин непослушания вашего ребенка. Ведь это вам кажется, что ему одному легко одеться на прогулку зимой. Возможно, что он просит вас: «Давай вместе!», потому что ему еще трудно организовать себя. А может быть, ему просто нужны ваше участие, моральная поддержка.

Но чаще корень негативного упорства и отказов лежит в отрицательных переживаниях. Это может быть проблема самого ребенка, но чаще она возникает между вами и ребенком, в ваших взаимоотношениях с ним.

«Я очень хочу выучить дочку играть на фортепиано, — рассказывает мать восьмилетней девочки. — Купила инструмент, наняла учителя. Просиживаю с ней за инструментом часа по два каждый день. Но чем дальше, тем хуже! Нередко она мне говорит: «Уходи, без тебя лучше!».

Этот пример лишний раз подтверждает главное условие общения, без которого любая помощь ребенку превращается в противоположное действие. Это главное условие — **дружелюбный тон общения.**

Руководящие указания, наверное, где-то нужны, но не в совместных занятиях с ребенком. Как только они проявляются, прекращается работа вместе. Не следует занимать позицию над ребенком: дети к ней очень чувствительны и начинают сопротивляться необходимому, не соглашаться с очевидным, оспаривать бесспорное.

Сохранить позицию **на равных** не так-то легко — здесь нужна житейская изобретательность. Вот пример одной мамы: «Петя рос хилым, неспортивным мальчиком. Не помогали ни приобретение спортивного оборудования, ни усилия папы, который показывал, как надо подтягиваться на турнике. Тогда мама вызвала Петю на соревнование. На стену повесили листок бумаги с графиками: «Мама», «Петя». Каждый день участники в своей строчке отмечали, сколько раз они подтянулись, присели, подняли ноги уголком. Петя стал внимательно следить за тем, чтобы мама его не перегнала. Соревнование продолжалось месяца два».

**Картинки для напоминания.** Представим еще один способ, очень ценный, который помогает избавить ребенка от руководящих указаний со стороны взрослых. Этот способ связан с еще одним открытием Л.С. Выготского и много раз был подтвержден научными и практическими исследованиями.

Выготский установил, что ребенок легче и быстрее учится организовывать себя и свои дела, если на определенном этапе ему помочь некоторыми внешними средствами. Ими могут быть картинки для напоминания, списки дел, записки, схемы или написанные инструкции. Заметьте, подобные средства — уже не слова взрослого, это их замена. Ребенок может использовать их самостоятельно, и тогда он уже на полпути к тому, чтобы справиться с делом самому.

Вот пример того, как в одной семье удалось с помощью такого внешнего средства передать самому ребенку «руководящие функции» родителей.

Андрею шесть лет. Зимой мальчику надо надеть на себя много разных вещей, когда он идет гулять. Но мальчик то наденет только носки и сядет в пространии, не зная, что делать дальше, то, надев шубу и шапку, готов выйти на улицу в домашних тапочках. Родители приписывали все лени ребенка, и конфликты продолжались изо дня в день. Ситуация изменилась после того, как мама составила список вещей, которые ребенок должен надеть, нарисовала их на полоске из картона. Андрюша уже умеет читать, поэтому возле соответствующей картинки мама написала ее название. Этот иллюстрированный список повесили на стене. В семье наступило спокойствие, прекратились конфликты, так как мальчик в соответствии со списком отыскивал вещи и надевал их по порядку. Легко угадать, что вскоре произошло: мальчик запомнил список и стал собираться гулять быстро и самостоятельно.

**По собственному желанию.** Рассмотрим следующую очень частую причину конфликтов при попытке сотрудничать с ребенком. Бывает, родитель готов учить или помогать сколько угодно и за тоном своим следит — не сердится, не приказывает, не критикует, а дело не идет. Такое случается с излишне заботливыми родителями. Они готовы осво-

бодить своего ребенка от всех дел — лишь бы учился! Они учатся вместе с ребенком, который учиться не хочет. Ошибка таких родителей не в том, что они очень хотят, чтобы их ребенок учился, а в том, что они этого хотят, если можно так сказать, вместо ребенка.

В таких случаях всегда вспоминается анекдот.

Бегут по перрону люди, торопятся, опаздывают на поезд. Поезд тронулся. Догоняющие вскакивают на подножку последнего вагона, им вдогонку кидают вещи, поезд уходит. Оставшиеся на перроне в изнеможении падают на чемоданы и начинают громко хохотать. «Чему вы смее-тесь?» — спрашивают их. «Так ведь уехали-то наши провожающие!»

Согласитесь, родители, которые готовят уроки за своих детей или «поступают» вместе с ними в вуз, в математическую, музыкальную школу, очень похожи на таких горе-провожающих. В своем эмоциональном порыве они забывают, что «ехать-то» не им, а ребенку! И тогда тот чаще всего «остается на перроне».

Если родители настаивают на «правильных» делах, то ребенок с тем же упорством начинает заниматься «неправильными»: неважно чем, лишь бы своим или пусть даже «наоборот». Особенно часто это случается с подростками. Получается парадокс: своими стараниями родители невольно отталкивают детей от серьезных занятий и ответственности за собственные дела. Такой ребенок уроки не делает, книгами не интересуется, в любую минуту норовит ускользнуть из дома. Мама озабочена его судьбой, а ребенок считает, что все в порядке и жизнь прекрасна, вот только мама отравляет существование.

Сочетание слишком большой воспитательной активности родителей и инфантильности (то есть незрелости) детей, очень типично и абсолютно закономерно. Почему? Механизм здесь простой, и он основан на действии психологического закона: личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается **по собственному желанию и с интересом.**

«Можно затащить лошадь в воду, но нельзя заставить ее пить» — гласит мудрая пословица.

Как же быть? Как избежать ситуаций и конфликтов принуждения? Прежде всего, присмотритесь, чем увлечен ваш ребенок. Это может быть игра в куклы, машинки, общение с друзьями, собирание моделей, игра в футбол, современная музыка. Однако помните: для ребенка они важны и интересны, и к ним стоит отнестись с уважением. Хорошо, если вы, избегая советов и оценок, сможете посмотреть на увлечения ребенка его глазами. Будет совсем хорошо, если вы сможете принять участие в этих занятиях ребенка, разделить с ним его интересы. Дети в таких случаях очень благодарны родителям. Возможен и другой результат такого участия: на волне увлеченности ребенка вы сможете начать передавать



ему то, что считаете полезным: и дополнительные знания, и жизненный опыт, и свой взгляд на вещи, и даже интерес к чтению.

Вот, например, рассказ одного отца. Сначала он, по его словам, изнывал от громкой музыки в комнате своего сына, но потом нашел «последнее средство»: предложил сыну разбирать и записывать слова зарубежных песен. Результат оказался удивительным: у сына пробудился сильный интерес, почти страсть к английскому языку. Впоследствии он окончил институт иностранных языков и стал переводчиком.

Кто из родителей не мечтает, чтобы их ребенок сам встал в школу, сам делал уроки, одевался по погоде, вовремя ложился спать, без напоминаний ходил на тренировку. Однако во многих семьях заботы об этом так и остаются на плечах родителей. Если это происходит в вашей семье, обратите особое внимание на **правило № 3: постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.**

Процесс передачи ответственности ребенку за его дела очень непросто: надо начинать с мелочей. Но даже по поводу этих мелочей родители очень обеспокоены. Что и понятно: ведь приходится рисковать временным благополучием своего ребенка (проспит – неприятности в школе).

Как это ни парадоксально звучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте. Данную истину можно записать как правило № 4: позвольте вашему ребенку встретиться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

#### **Домашние задания**

**Задание № 1.** Посмотрите, есть ли у вас столкновения с ребенком на почве каких-то дел, которые, по вашему мнению, он может и должен выполнять сам. Выберите одно из них и делайте некоторое время вместе. Посмотрите, лучше ли у него получается с вами. Если да, перейдите к следующему заданию.

**Задание № 2.** Придумайте какое-нибудь внешнее средство, которое могло бы заменить ваше участие в том или ином деле ребенка. Это может быть будильник, написанное правило или соглашение, таблица или что-то другое. Обсудите и обыграйте с ребенком такое вспомогательное средство. Убедитесь, что ему удобно им пользоваться.

**Задание № 3.** Возьмите лист бумаги, разделите его вертикальной линией пополам. Над левой частью напишите: «Сам», над правой – «Вместе». Перечислите в них соответственно те дела, которые ваш ребенок решает и делает сам, и те, в которых и вы обычно участвуете (хорошо, если вы заполните таблицу вместе и по взаимному согласию).

Затем посмотрите, что из колонки «Вместе» можно сейчас или в ближайшем будущем передвинуть в колонку «Сам». Помните, каждое

такое перемещение — важный шаг к взрослению вашего ребенка. Обязательно отметьте этот его успех.

### **Урок № 5. Как слушать ребенка**

Нередко можно слышать: «Разве всегда нужно помогать ребенку делом? Ведь по опыту знаю, как важно, чтобы иногда кто-то просто посидел рядом, послушал».

И это абсолютно правильно. Каждый человек, и тем более ребенок, нуждается в помощи словом. И даже — молчанием. Об искусстве слушать и понимать пойдет речь на этом уроке.

Когда причины трудностей спрятаны в сфере чувств ребенка, в таких случаях лучше всего... его послушать. Правда, делать это надо иначе, чем мы привыкли.

Психологи нашли и описали способ «помогающего слушания», иначе говоря — **«активного слушания»**. Активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

Разберем ситуации. Мама сидит в парке на скамейке. К ней подбегает ее трехлетний малыш в слезах: «Он отнял мою машинку!».

Дочка собирается гулять, мама напоминает, что надо одеться теплее, но дочка капризничает, она не хочет надевать эту мохеровую шапку. Мать настаивает, назревает конфликт.

Ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу. Когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо, и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать, — дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его. Для этого лучше всего сказать, что именно, по-вашему мнению, чувствует ребенок. Другими словами: активно слушать ребенка — значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

*Сын:* Он отнял мою машинку!

*Мама:* Ты огорчен и рассержен на него.

*Дочь:* Не буду я носить эту уродскую шапку!

*Мама:* Тебе она очень не нравится.

Сразу заметим: скорее всего, такие ответы покажутся вам неприличными и даже неестественными. Гораздо легче сказать:

— Ну, ничего, поиграет и отдаст.

— Перестань капризничать, вполне приличная шапка!

Своим таким советом или критическим замечанием родитель как бы сообщает ребенку, что его переживание не столь важно и не представляет интереса, хотя следует дать понять ребенку, что родитель осознал внутреннюю ситуацию ребенка, проявил готовность услышать о ней больше, принять ее.

Вот некоторые важные особенности и дополнительные правила беседы по способу *активного слушания*.

**Во-первых**, если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом. Очень важно также, чтобы его и ваши глаза находились на одном уровне. Если ребенок маленький, присядьте около него, возьмите на руки или на колени, можно слегка притянуть его к себе, подойти или придвинуть свой стул к нему поближе.

**Во-вторых**, если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме. Например:

*Сын* (с мрачным видом): Не буду больше водиться с Петей!

*Родитель*: Ты на него обиделся.

Возможные неправильные ответы:

– Что случилось?

– Ты что, на него обиделся?

Фраза, оформленная как вопрос, не отражает сочувствия.

**В-третьих**, очень важно в беседе «держат паузу». После каждой вашей реплики лучше всего помолчать. Помните, что это время принадлежит ребенку, не забивайте его собственными соображениями и замечаниями. Помолчать хорошо и после ответа ребенка – может быть, он что-то добавит.

Беседа по способу активного слушания очень непривычна для нашей культуры, и ею овладеть непросто. Однако данный способ быстро завоевывает ваши симпатии, как только вы увидите результаты, которые он дает. Их по крайней мере три. Они также могут служить признаками того, что вам удастся правильно слушать ребенка. Вот они:

1. Исчезает или, по крайней мере, сильно ослабевает отрицательное переживание ребенка.

2. Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о себе все больше.

...Мама укладывает четырехлетнюю Машу спать, и девочка просит посидеть с ней.

*Дочь*: Mamочка, не уходи, посиди рядом со мной.

*Мама*: Сейчас уже поздно, ребята должны спать.

*Дочь*: Целый день одна и одна, не хочу больше!

*Мама*: Ты же целый день с ребятами в саду играешь...

*Дочь*: Да, ребят много, а маму в сад не пускают.

*Мама*: Ты скучаешь без меня.

*Дочь*: Скучаю, а Саша Петров дерется.

*Мама*: Ты на него сердита.

*Дочь*: Он мою игру поломал!

*Мама*: И ты расстроилась.

*Дочь:* Нет, я его толкнула, чтобы не ломал, а он меня – кубиком по спине.

*Мама:* Было больно... (Пауза).

*Дочь:* Ты же обещала нас с Игорьком в зоопарк сводить, я все жду-жду, а ты не ведешь!

Как часто мы оставляем детей наедине с грузом разных переживаний своими решительными «Поздно!», «Пора спать», тогда как несколько минут слушания могли бы по-настоящему успокоить ребенка перед сном.

3. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

Вы ознакомились с тремя положительными результатами, которые можно получить (любой из них или сразу все) при удачном активном слушании ребенка уже в ходе беседы.

Однако постепенно родители начинают обнаруживать еще по меньшей мере два замечательных изменения более общего характера.

**Первое:** родители сообщают как о чуде, что дети сами довольно быстро начинают активно слушать своих родителей.

**Второе:** изменение касается самих родителей. Очень часто вначале они недоумевают: «Какой же это разговор «по душам»? Получается сплошная «техника», к тому же неудобная, неестественная. Фразы выходят корявые, вымученные».

Но постепенно отношение родителей начинает меняться. Обычно это происходит после первых удачных попыток вести беседу с ребенком по-другому. Следовательно, «техника» активного слушания является средством преобразования родителей. Мы думаем, что «применяем» ее к детям, а она меняет нас самих. В этом ее чудесное скрытое свойство.

А что касается навыков общения, то они в первое время трудны и порой необычны, но когда вы ими овладеете, «техника» исчезает и переходит в искусство общения.

**Домашнее задание.** Замечайте моменты различных переживаний ребенка: когда он устал, обижен, расстроен, боится, не хочет, радостен, нетерпелив, увлечен... и называйте их в вашем общении к нему. Не забывайте о повествовательной (невопросительной) форме вашей реплики и о паузе после ваших слов.

### **Урок № 6. Как слушать ребенка**

Все, кто ознакомился с приемами активного слушания детей, возможно, уже попытались научиться этому на практике. Может быть, у кого-то уже возникли трудности.

В последние десятилетия психологи проделали очень важную работу: они выделили типы традиционных родительских высказываний – настоящих помех на пути активного слушания ребенка.

Их оказалось целых двенадцать! Давайте познакомимся с этими типами автоматических ответов родителей, а также с тем, что слышат в них дети.

**1. Приказы, команды:** «Сейчас же перестань!», «Убери!», «Вынеси ведро!», «Быстро в кровать!», «Чтобы больше я этого не слышал!», «Замолчи!». В этих категоричных фразах ребенок ощущает нежелание родителей вникнуть в его проблему, неуважение к его самостоятельности. Такие слова вызывают чувство бесправия, а то и брошенности в беде. Если разговор идет таким образом, то неизбежно появляется следующий тип родительских фраз.

**2. Предупреждения, предостережения, угрозы:** «Если ты не прекратишь плакать, я уйду», «Смотри, как бы не стало хуже», «Еще раз это повторится, и я возьму ремень», «Не придешь вовремя, пеняй на себя...».

Угрозы бессмысленны, если у ребенка сейчас неприятное переживание. Они лишь загоняют его в еще больший тупик. Угрозы и предупреждения плохи еще и тем, что при частом повторении дети к ним привыкают и перестают на них реагировать. Тогда некоторые родители от слов переходят к делу. Они быстро проходят путь от слабых наказаний к более сильным, а порой — и жестоким: капризничающего малыша оставляют одного на улице, дверь закрывают на ключ, рука взрослого тянется к ремню...

**3. Мораль, нравоучения, проповеди:** «Ты обязан вести себя как подобает», «Каждый человек должен трудиться», «Ты должен уважать взрослых».

Обычно дети из подобных фраз не узнают ничего нового. Ничего не меняется оттого, что они слышат это «в сто первый раз». Они чувствуют давление внешнего авторитета, иногда вину, иногда скуку, а чаще всего все вместе взятое. Дело в том, что моральные устои и нравственное поведение воспитывают не столько слова, сколько атмосфера в доме, через подражание поведению взрослых, прежде всего родителей. Если в семье все работают, не употребляют грубых слов, не лгут, делают домашнюю работу — будьте уверены — ребенок знает, как надо себя правильно вести. Если он нарушает нормы поведения, то надо посмотреть, не ведет ли себя кто-то в семье также. Если причина не в этом, то, скорее всего, действует другая: ваш ребенок «выходит за рамки» из-за своей внутренней неустроенности, эмоционального неблагополучия. В обоих случаях словесные поучения — самый неудачный способ помочь делу.

Значит ли это, что с детьми не надо беседовать о моральных нормах и правилах поведения? Совсем нет. Однако делать это надо только в спокойные минуты, а не в накаленной обстановке, иначе наши слова только подольют масла в огонь.

**4. Советы, готовые решения:** «А ты возьми и скажи», «Почему бы тебе не попробовать», «По-моему, нужно пойти и извиниться», «Я бы на твоём месте дал сдачи».

Однако дети не склонны прислушиваться к нашим советам. А иногда и открыто восстают. «Ты так думаешь, а я по-другому..», «Без тебя знаю...». Что за этим стоит? Желание быть независимым, принимать решение самому, которое мы подавляем. Это раздражает детей и не оставляет у них желание рассказать подробнее о своей проблеме.

В приведенном ниже разговоре отец не избежал подобной ошибки.

В субботу вечером.

*Отец:* Ты что такой кислый?

*Сын:* Да так, делать ничего не хочу.

*Отец:* Пойди погуляй.

*Сын:* Нет, гулять не хочу.

*Отец:* Позвони Мише, поиграйте в шахматы.

*Сын:* В шахматы надоело, да и Мишка сегодня занят. Да ладно, папа, чего ты привязался!

Разговор пошел иначе, когда отец вспомнил о методе активного слушания.

Отец садится рядом с сыном, кладет руку на плечо мальчика.

*Отец:* Все еще плохое настроение.

*Сын:* Да, плохое.

*Отец:* Делать ничего не хочется.

*Сын:* Ага, а тут еще этот доклад.

*Отец:* Задали доклад приготовить.

*Сын:* Ну да, по мифам Греции, к понедельнику, а книги нет.

*Отец:* Думаешь, где найти материал.

*Сын:* Да вот думаю, что у Кольки дома энциклопедия. Сейчас ему позвоню.

Очень важно детям самостоятельно принимать решение — это их путь к самостоятельности, что, конечно, труднее, чем давать советы.

**5. Доказательства, логические доводы, нотации, «лекции»:** «Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки», «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки», «Сколько раз тебе говорила! Не послушалась — пеняй на себя!» И здесь дети отвечают: «Отстань!», «Сколько можно», «Хватит!». В лучшем случае они перестают нас слышать, возникает «смысловой барьер» или «психологическая глухота».

**6. Критика, выговоры, обвинения:** «На что это похоже!», «Опять все сделала не так!», «Все из-за тебя!», «Зря я на тебя надеялась», «Вечно ты!..».

Эти фразы вызывают у детей либо активную защиту (отрицание, озлобление), либо уныние, подавленность, разочарование в себе и в своих отношениях с родителями. В этом случае у ребенка формируется низкая самооценка, он начинает думать, что и в самом деле плохой, безвольный, безнадежный, неудачник. А низкая самооценка порождает новые проблемы.

Что же может спасти положение? Первый и главный путь: постарайтесь обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения вашего ребенка. Не бойтесь, что слова одобрения в его адрес испортят его. Нет ничего более пагубного для ваших отношений, чем такое мнение. Для начала найдите в течение дня несколько поводов для одобрения, с тем чтобы сказать ребенку добрые слова. Например: «Спасибо, что забрал из детского сада малыша», «Хорошо, что ты пришел, когда обещал...».

Иногда родители ошибочно полагают, что ребенок и так знает, что его любят, поэтому доброжелательность выказывать необязательно. Всегда ли мы учитываем, что дети воспринимают мир в черно-белых тонах: либо безусловно «да», либо «нет»!

И еще вопрос: а мы сами хорошо жили бы в условиях постоянной бомбардировки критикой со стороны близкого человека? Не ждали бы мы от него добрых слов, не тосковали бы по ним?

**7. Похвала.** После всего сказанного, наверное, неожиданно и странно прозвучит рекомендация не хвалить ребенка. Чтобы разобраться в кажущемся противоречии, нужно понять тонкое, но важное различие между **похвалой** и **поощрением**, или **похвалой** и **одобрением**. В похвале всегда есть элемент оценки: «Молодец, ну ты просто гений!», «Ты у нас самая красивая (способная, умная)!». Чем плоха похвала-оценка? Во-первых, когда родитель часто хвалит, ребенок скоро начинает понимать: где похвала, там и выговор. Хваля в одних случаях, его осудят в других. Во-вторых, ребенок может стать зависимым от похвалы: ждать, искать ее. Наконец, он может заподозрить, что вы неискренни, то есть хвалите его из каких-то своих соображений.

Как же реагировать на успехи или правильное поведение ребенка? Лучше всего ему просто выразить ваши чувства. Используйте местоимения «я», «мне» вместо «ты».

*Сын:* Правда, я плохо выступил?

*Папа:* Мне так не показалось. Наоборот, мне понравилось (то-то и то-то). (Вместо: «Ну что ты, ты выступил, как всегда, блестяще!»)

**8. Обзывание, высмеивание:** «Плакса-вакса», «Не будь лапшой», «Ну просто дубина!», «Какой же ты лентяй!» Все это лучший способ оттолкнуть ребенка и «помочь» ему разувериться в себе.

**9. Догадки, интерпретации:** «Я знаю, это все из-за того, что ты...», «Небось опять подрался?», «Я все равно вижу, что ты меня обманываешь...».

Одна мама любила повторять своему сыну: «Я вижу тебя насквозь и даже на два метра под тобой!», что неизменно приводило подростка в ярость. И в самом деле: кто из ребят (да и взрослых) любит, когда его «вычисляют»? За этим может последовать лишь защитная реакция, желание уйти от контакта.

Близок к этому следующий тип ошибок.

**10. Выспрашивание, расследование:** «Нет, ты все-таки скажи», «Что же все-таки случилось?», «Я все равно узнаю», «Почему ты опять получил двойку?», «Ну почему ты молчишь?».

Удержаться в разговоре сложно. И все-таки лучше постараться вопросительные предложения заменить на утвердительные. (Об этом мы уже говорилось на предыдущем уроке.)

Вот один из неудачных вариантов разговора матери с ребенком.

*Дочь* (зло): Вот смотри, что я получила!

*Мама:* Четыре по математике. Почему же ты злишься?

*Дочь:* Я злюсь, а почему не знаю. А ты спрашиваешь: «Почему да почему!» (закрывается).

Более удачный диалог:

*Дочь* (зло): Вот смотри, что я получила!

*Мама:* Четыре по математике. Но я чувствую, что ты злишься.

*Дочь:* Да, я злюсь, а почему, не знаю.

*Мама:* Тебе плохо.

*Дочь:* Да, плохо... Я не хочу, чтобы ты уходила.

*Мама:* Ты хочешь, чтобы я осталась дома.

*Дочь:* Да (просительно). Mam, пожалуйста, не ходи сегодня на занятия!

Порой разница между вопросом и утвердительной фразой может показаться нам почти незаметной. Но для переживающего ребенка эта разница велика: вопрос звучит как холодное любопытство; утвердительная фраза — как понимание и участие.

**11. Сочувствие на словах, уговоры, увещания.** Конечно, ребенку нужно сочувствие. Тем не менее есть риск, что слова «я тебя понимаю», «я тебе сочувствую» прозвучат слишком формально. Может быть, вместо этого просто помолчать, прижав его к себе. А во фразах типа: «Успокойся!», «Не обращай внимания!», «Перемелется, мука будет» он может услышать пренебрежение к его заботам, отрицание или преуменьшение его переживания.

**12. Отшучивание, уход от разговора:** «Отстань!», «Не до тебя!», «Вечно ты со своими жалобами!»

Познакомившись с длинным списком неудачных высказываний, родители обычно восклицают: «И это нельзя, и то нельзя... что же можно?». Очень важно научиться слышать собственные ошибки. Давайте для упражнения нашего слуха разберем запись «типичного домашнего конфликта», сделанную мамой. Определим, были ли некоторые ответы родителей неудачными, и если да, то к какому типу ошибок они относились.

*Дочь* (четырёх лет): Мама, кушать скорее!

*Мама:* Садись, я уже налила.



*Дочь* (садится за стол, гримаса.): У, этот суп невкусный. Я не бу-у-ду.

*Мама*: Оставь, и уходи. **(Приказ.)**

*Дочь*: Я есть хочу!

Вмешивается папа.

*Папа*: Сядь и ешь без капризов! **(Приказ.)**

*Дочь* (на грани слез): А я с морковкой не люблю.

*Мама*: Я тебе ее выловлю.

*Дочь*: А все равно...

*Мама* (взрывается): Я не для того варила, чтоб ты носом крутила!  
**(Назидание, критика.)**

У дочери закапали первые слезы...

*Папа*: Сядь хорошо и ешь. Набирай ложку. В рот! Жуй, жуй, а не держи во рту! **(Приказ, команда.)**

*Дочь*: А мне невкусно!!!

*Мама*: Уходи из-за стола! Ходи голодная. **(Команда, угроза.)**

*Папа*: Я вот сейчас... **(Угроза.)**

Девочка ест, но настроение у всех испорчено.

**Домашние задания**

**Задание № 1.** Понаблюдайте за своими беседами с ребенком, особенно в те моменты, когда у него что-то случилось. Не узнаете ли вы в них некоторые типы высказываний из нашего списка? Продолжайте упражняться в активном слушании. Это самый главный навык, без овладения которым вам будет невозможно продвигаться дальше в наших уроках.

**Задание № 2.** Попробуйте провести один день без слов критики или упрека в адрес вашего сына или дочери. Замените их фразами одобрения по любому подходящему поводу и без повода. Посмотрите на реакцию ребенка.

### **Урок № 7. Чувства родителей и как ними быть?**

Скорее всего, на протяжении всех предыдущих уроков у читателей неоднократно возникали вопросы: «А как нам быть с нашими чувствами? Мы, родители, тоже волнуемся и сердимся, устаем и обижаемся. Нам тоже бывает мучительно трудно с детьми. Что нам делать с нашими собственными переживаниями?» Для начала уясним, о каких ситуациях идет речь. Вероятно, о тех, где наполнен эмоциями родитель, ребенок же особенно не переживает.

Вот примеры ситуаций этого типа.

1. Малыш с энтузиазмом катает по полу свою машинку. Вы торопитесь на работу, сын мешает, путается под ногами, раздражает вас.
2. Подросток опять включил магнитофон на полную катушку. Вам это очень досаждаст.

Итак, что же делать, когда вас переполняют эмоции?

**Правило № 5.** Если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

Правило говорит о том, что чувства, особенно если они отрицательные и сильные, ни в коем случае не стоит держать в себе. «Обмануть» такими усилиями вы никого не сможете. Ведь именно «несловесные» сигналы передают более 90% информации о нашем внутреннем состоянии. И контролировать их очень трудно. Как же сказать о своих чувствах ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас?

**Правило № 6.** Когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о нем, не о его поведении.

Вернемся к примерам и попробуем, применяя оба правила, 5-е и 6-е, сконструировать ответы родителей.

Они могут быть такими:

1. **Мне** трудно собраться на работу, когда под ногами кто-то ползает, и я все время спотыкаюсь.
2. **Меня** очень утомляет громкая музыка.

Заметьте, эти предложения содержат личные местоимения: «я», «мне», «меня». Поэтому высказывания такого рода психологи назвали «Я-сообщениями».

Кто-нибудь из родителей мог бы сказать иначе:

1. Перестань тут ползать, **ты** мне мешаешь!
2. **Ты** не мог бы потише?!

В ответ на «Ты-сообщения» ребенок обижается, защищается, дерзит. Поэтому их желательно избегать. Ведь каждое «Ты-сообщение» содержит выпад, обвинение или критику ребенка. Вот типичный диалог:

- Когда ты, наконец, начнешь убирать свою комнату? (Обвинение.)
- Ну хватит, мама, в конце концов это моя комната!
- Как ты со мной разговариваешь? (Осуждение, угроза.)
- А что я такого сказала?

«Я-сообщения» имеют ряд преимуществ по сравнению с «Ты-сообщениями»:

1. Оно позволяет выразить ваши негативные чувства в необходимой для ребенка форме. Некоторые родители подавляют вспышки гнева или раздражения, чтобы избежать конфликтов. Однако полностью спрятать свои эмоции нельзя, и ребенок всегда знает, сердиты мы или нет. И если сердиты, то он, в свою очередь, может обидеться, замкнуться.

2. «Я-сообщения» предоставляют возможность детям ближе узнать нас, родителей. Нередко мы закрываемся от детей броней «авторитета», который поддерживаем во что бы то ни стало. Порой дети поражаются, узнав, что мама и папа могут что-то чувствовать! Это делает взрослого ближе и человечнее. Когда мы открыты и искренни в выражении своих

чувств, дети становятся искреннее в выражении своих. Дети начинают понимать: взрослые им доверяют и им тоже можно доверять.

Вот рассказ одной мамы.

«Мы разошлись с мужем, когда сыну было шесть лет. Сейчас ему одиннадцать, и он стал глубоко, осознанно (но больше про себя) скучать по отцу. Как-то у него вырвалось: «С папой я пошел бы в кино, а с тобой не хочу!». Однажды, когда сын прямо сказал, что ему скучно и тоскливо, я ответила: «Да, сынок, тебе очень грустно, и грустно, наверное, оттого, что нет у нас папы. Да и мне невесело. Был бы у тебя папа, у меня муж, жили бы мы гораздо интереснее». Сын прислонился к моему плечу и заплакал тихими горькими слезами. Всплакнула укордкой и я. Но нам стало легче...»

Мама интуитивно нашла правильные слова: сказала мальчику о его переживании (активное слушание), а также поведала о своем («Я-сообщение»). И то, что обоим стало легче, что мама и сын стали ближе друг к другу, — лучшее доказательство действенности использованных методов.

Дети, кстати, быстро усваивают родительскую манеру общения и вместо «Дай мне!», «Поиграй со мной!» начинает звучать: «Мне хочется...», «Я не могу больше ждать».

И последнее. Высказывая свое чувство без приказа или выговора, мы оставляем за детьми возможность самим принять решение. И тогда — удивительно! — они, как правило, начинают учитывать наши желания и переживания.

Вот случай, рассказанный мамой четырехлетнего мальчика.

«Мне было неприятно и стыдно, когда, несмотря на то, что я уже купила сыну витамины, он увидел другие и стал их просить. Он ныл, толкал меня, кричал, причем так, чтобы слышали окружающие. Мне было неприятно и стыдно. И тогда я громко произнесла: «Мне ужасно стыдно из-за такой сцены!». — И вдруг Сережа оглянулся, посмотрел на всех, прижался ко мне и говорит: «Мам, пойдём!». — Так мы и пошли домой. Он все время заглядывал мне в глаза».

Научиться посылать «Я-сообщения» непросто, так же как и активно слушать ребенка. На первых порах будет трудно не допускать ошибки. Одна из них состоит в том, что иногда, начав с «Я-сообщения», родители заканчивают фразу «Ты-сообщением». Например: «Мне не нравится, что ты такая неряха!», «Меня раздражает твоё хныканье!». Избежать ошибки можно, если использовать безличные предложения, неопределенные местоимения, обобщающие слова. Например: «Мне не нравится, когда за стол садятся с грязными руками», «Меня раздражает, когда дети хнычут».

**Правило № 7.** Не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке.

К примеру, если вы беспокоитесь, как бы полуторагодовалый малыш не сунул в розетку пальцы, загородите розетку какой-нибудь мебелью.

А вот другие примеры того, как оградить себя и ребенка от излишних напряжений. Некоторые родители ставят временные заграждения на окнах, убирают повыше все бьющееся, выносят из комнаты дорогую мебель, чтобы ребенок мог свободно двигаться; в некоторых семьях наклеивают в комнате ребенка дешевые обои обратной стороной, чтобы тот мог на них рисовать.

**Правило № 8.** Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка. Идея такова: бесполезно требовать от ребенка невозможного или очень трудного, к чему он еще не готов. Лучше изменить что-то вне его, в данном случае свои ожидания.

Например, мама, воспитывая «взрослость» в четырехлетнем ребенке, отправляет его за молоком. Бидон велик для малыша, идти надо далеко по деревенской улице; в результате, несмотря на грозное предупреждение «Смотри не пролей!», мальчик возвращается в унынии, волооча по земле пустой бидон.

У родителей есть ожидания относительно того, что «уже может» или «уже должен» делать их ребенок. В этом примере ожидание было завышено.

Итак, последнее правило этого урока.

**Правило № 9** (самое сложное). Старайтесь не присваивать себе эмоциональные проблемы ребенка.

Речь идет о переживаниях ребенка и о наших чрезмерных волнениях по поводу детей. Ведь рано или поздно приходится идти на риск: впервые отпустить дочь одну через улицу, сына отпустить в поход.

Вот еще один пример. Пятнадцатилетний подросток собирается с друзьями в горный поход. Родители встревожены. Мама не удержалась: «Очень тебя прошу, будь осторожен!» («Ты-сообщение»). Мальчик отреагировал: «Ну, мама, как ты не понимаешь! Ты делаешь мне этими словами только хуже. Да, я сам все знаю. Не хочу тебя слушать!» «Прости, — спохватилась мама, — просто знай, что я буду очень беспокоиться («Я-сообщение»). Потом сын рассказал, что в горах он оказался перед выбором: рисковать или нет: «Я вспомнил, как ты сказала, мама, что будешь очень беспокоиться, и выбрал второе».

#### **Домашние задания**

**Задание № 1.** Попробуйте посылать «Я-сообщения» вашему ребенку в общении с ним, и успех обязательно придет к вам вслед за опытом. Вас переполнило чувство? Тогда назовите его самому себе, теперь скажите о нем ребенку.

**Задание № 2.** Выберите из ответов родителей тот, который больше всего отвечает «Я-сообщению».

*Ситуация 1.* Вы который раз зовете дочь садиться за стол. Она отвечает: «Сейчас», но продолжает заниматься своими делами. Вы начали сердиться.

Ваши слова:

1. Да сколько же раз тебе надо говорить.
2. Я начинаю сердиться, когда нужно повторять одно и то же.
3. Меня сердит, когда ты не слушаешься.

*Ситуация 2.* Вы приходите домой усталая. У вашего сына-подростка друзья, музыка и веселье. На столе следы их чаепития. Вы испытываете смешанные чувство раздражения и обиды («Хотя бы обо мне подумал!»).

Ваши слова:

1. Тебе не приходит в голову, что я могу быть усталой?!
2. Уберите за собой посуду.
3. Меня обижает и сердит, когда я прихожу домой усталая и застаю дома беспорядок.

*Ответ:* в первой ситуации правильной будет 2-я фраза; во второй ситуации правильной будет 3-я фраза.

### **Урок № 8. Как разрешить конфликты?**

Конфликты в семье неизбежны даже при самых хороших отношениях, и дело вовсе не в том, чтобы их избегать или стараться замаять, а в том, чтобы правильно их **разрешать**. Предлагаем заняться этой «наукой».

Для начала определим, как и почему возникают конфликты между родителями и детьми.

Когда возникают противоречия, одни родители не видят иного выхода, как настоять на своем, другие же, напротив, считают, что лучше уступить, сохраняя мир.

Так появляются два **неконструктивных способа разрешения конфликтов**, которые известны под общим названием «Выигрывает только один». Посмотрим, как это происходит в жизни.

**Первый** неконструктивный способ разрешения конфликтов: «**Выигрывает только родитель**». К примеру, в случае конфликта мама может в раздражении сказать: «Попробуй только переключить телевизор. Ничего, подождешь со своим футболом». Родители, склонные использовать первый способ, считают, что побеждать ребенка, ломать его сопротивление необходимо. Сами того не замечая, они показывают детям сомнительный пример поведения: «Всегда добивайся того, что ты хочешь, не считаясь с желанием другого». В семьях, где применяют авторитарные силовые методы, дети быстро начинают делать так же. Они как бы воз-

вращают взрослым преподанный урок, и тогда «коса находит на камень». Сын кричит в ответ: «И не подумаю смотреть твое дурацкое кино!»

Есть и другой вариант такого способа: мягко, но настойчиво требовать от ребенка выполнение своего желания. Часто это сопровождается объяснениями, с которыми, в конце концов, приходят к согласию. Однако если такой нажим – постоянная тактика родителей, помогающая им всегда добиваться своего, то ребенок усваивает другое правило: «Мои личные интересы не в счет, все равно придется делать то, что хотят или требуют родители».

Как правило, такие дети растут либо агрессивными, либо пассивными.

**Второй** неконструктивный способ разрешения конфликтов: «**Выигрывает только ребенок**». По этому пути идут родители, которые либо избегают конфликтов («мир любой ценой»), либо готовы постоянно жертвовать собой «ради блага ребенка», либо то и другое. В этих случаях дети растут эгоистами, не приученными к порядку, не умеющими себя организовать. Они испытывают большие трудности за пределами дома, так как со своими завышенными требованиями к окружающим и неспособностью идти навстречу другим, они остаются в одиночестве, часто встречают насмешки и даже отвержение. В старости такие «вечно уступчивые» родители часто оказываются одинокими и заброшенными.

Таким образом, неправильно разрешаемые семейные конфликты способствуют формированию отрицательных черт характера, которые потом определяют судьбу детей и родителей.

Каков же путь благополучного выхода из конфликта?

**Третий – конструктивный** – способ разрешения конфликтов: «**Выигрывают обе стороны: и родители, и ребенок**». Этот способ основывается на двух навыках общения: активном слушании и «Я-сообщении». Так что сначала рекомендуется освоить все, что было пройдено на предыдущих уроках, и только потом переходить к более сложным случаям. Сам метод предполагает несколько последовательных этапов:

- 1) прояснение конфликтной ситуации;
- 2) сбор предложений;
- 3) оценка предложений и выбор наиболее приемлемого варианта;
- 4) детализация решения;
- 5) выполнение решения, проверка.

Итак, **первый шаг: прояснение конфликтной ситуации.**

Сначала родитель выслушивает ребенка. Уточняет, в чем состоит его проблема. А именно: чего он хочет или не хочет, что его затрудняет и т. д.

*Мама:* Леночка, пожалуйста, сбегай за хлебом. Гости сейчас придут, а у меня дел по горло!

*Дочь:* Ой, мама, мне же на спортивную секцию сейчас!

*Мама:* У тебя секция, и ты не хочешь опаздывать (активное слушание).

*Дочь:* Да, понимаешь, занятие начинается с разминки, и ее нельзя пропускать.

*Мама:* Тебе нельзя опаздывать... (активное слушание). А у меня такое затруднительное положение... Гости вот-вот придут, а хлеба нет! («Я-сообщение»).

Как же нам быть? Начинать нужно именно с выслушивания ребенка. После того как он поверит, что вы понимаете его проблему, он с гораздо большей готовностью услышит и вашу, а также примет участие в поисках совместного решения.

Выслушав ребенка, нужно сказать ему о своем желании или проблеме. Ребенку не менее важно узнать больше и точнее о вашем переживании, чем вам о его. Проследите, чтобы ваше высказывание имело форму «Я-сообщения», а не «Ты-сообщения». Например:

– Мне тяжело и обидно вести хозяйство одной (вместо: «Вы все взвалили на меня»).

– Я очень ждала этой передачи (вместо: «Ты что, не знаешь, что я смотрю ее каждый день?!»).

**Второй шаг: сбор предложений.** Этот этап начинается с вопросов: «Как же нам быть?», «Что же нам придумать?» или «Как нам поступить?».

Вот пример, рассказанный одной мамой.

Вернувшись домой с работы, она обнаружила у своего двенадцатилетнего сына Пети его друга Мишу: мальчики вместе делали уроки. Они стали упрашивать маму разрешить им посмотреть очень интересную телепередачу, которая начиналась в 23 часа. Родители Миши разрешили ему ночевать в гостях. Однако у мамы планы лечь в 22 часа, она устала. Телевизор стоит в ее комнате. Кроме того, рано утром надо было вставать и ребятам и маме. Как быть?

Внимательно выслушав ребят и поделившись своими опасениями, мама спросила: «Как же нам быть?». Ребята предложили несколько вариантов:

1. Спросить у родителей Миши разрешение посмотреть передачу у них дома.
2. Посмотреть передачу вместе, а потом Мише идти домой.
3. Маме с Петей поменяться комнатами: тогда ребята смогут, не мешая ей, посмотреть передачу.
4. Ребята играют до 22 часов, а потом все идут спать.
5. Ребята ночуют у Миши.
6. Каждый ночует дома.
7. Ребята ложатся спать в 22 часа, но мама разрешает им почитать.

Когда сбор предложений окончен, делают следующий шаг.

**Третий шаг: оценка предложений и выбор наиболее приемлемого.**

На этом этапе подходит совместное обсуждение предложений. «Стороны» к этому времени уже знают интересы друг друга, и предыдущие шаги помогают создать атмосферу взаимного уважения.

В примере с мальчиками и мамой этот этап проходит следующим образом:

*Оценка предложения.*

1. Родители Миши были против, и предложение отпало само собой.
2. Не прошло, так как мама – в проигрыше.

И так, по очереди, отпадают все предложения, кроме седьмого.

Благодаря такому совместному обсуждению ребята получили прекрасный урок: как вместе решать «трудные» вопросы.

**Шаг четвертый: детализация принятого решения.**

Предположим, в семье постановили, что сын уже большой и ему пора самостоятельно вставать, завтракать и уходить в школу. Это освобождает маму от ранних хлопот и даст ей возможность выспаться. Однако одного решения мало. Надо научить ребенка пользоваться будильником, показать, где еда, как разогреть завтрак и т. д.

**Шаг пятый: выполнение решения, проверка.** В его процессе выясняется, нужна ли ребенку помощь, что не учтено. Рассмотрим пример подобного разговора с детьми.

*Папа:* Знаете, ребята, я зашел сейчас в ванную, и мне было неприятно увидеть там полный беспорядок: полотенца скомканы, на полу вода, ванна не вымыта... (я-сообщение).

*Марина:* Это все Сашка! Он никогда ничего за собой не убирает!..

*Саша* (гневно): Неправда, ты сама там все побросала!

*Марина:* Нет, ты!

*Саша:* Нет, ты!

*Мама:* Мне неприятна эта сцена (я-сообщение). Марина, ты хочешь сказать, что после тебя остался в ванной порядок (активное слушание)

*Марина:* Ну не совсем порядок. Но не такое, как после него...

*Саша:* Вот именно, «не совсем порядок»!

*Мама:* Сейчас, Саша, я послушаю и тебя. Значит, кое-что и ты не убрала (продолжение активного слушания).

*Марина:* Ну, может быть кое-что...

*Мама* (Саше): И тебе, Саша, обидно, когда тебя одного обвиняют во всем (Саша кивает). Я поняла так: каждый согласен, что он внес свой вклад в создание беспорядка (мама резюмирует сказанное). А папе теперь неприятно туда входить (активно слушает папу), да и мне, признаться, тоже (я-сообщение). Что же будем делать? (Ключевой вопрос, когда все выслушаны и страсти поутихли.)

*Саша:* Пусть каждый уберет свое.



Мама выждала, пока кто-то из детей подаст свое предложение.

*Мама:* То есть на каждый носок, каждую лужицу прикрепим надпись: «Саша», «Марина» (чувство юмора обычно помогает разрядить обстановку).

*Саша* (улыбаясь): Ну, уж не до такой степени.

*Марина:* Я вытру пол и вымою ванну, а он пусть уберет все остальное (еще одно предложение).

*Саша:* Ладно, я согласен.

Инцидент исчерпан, ужин проходит мирно.

### **Урок № 9. А как насчет дисциплины?**

На предыдущих уроках много говорилось о чувствах, переживаниях детей и о том, как слушать, слышать, понимать и принимать их.

Можно предвидеть накопившееся нетерпение родителей: а когда же речь пойдет о дисциплине и послушании? Ведь существуют же правила, которым дети должны следовать, требования, которые они должны выполнять!

Возможно для некоторых родителей покажется неожиданным один «секрет»: детям не просто нужны порядок и правила поведения, а они хотят и ждут их. Они делают детскую жизнь понятной и предсказуемой, создают ощущение безопасности. Дети порой больше готовы поддерживать порядок, чем взрослые. Дети интуитивно чувствуют, что за родительскими «нельзя» скрыта забота о них. Один подросток с горечью сделал вывод, что родители его совсем не любят, так как позволяют ему слишком многое, включая и то, что запрещено другим ребятам. «Им, по-моему, просто нет до меня дела», — печально заключил мальчик.

Тогда почему же ребята нарушают порядок и правила? Можно назвать много причин. Скажем только, что на самом деле дети восстают не против самих правил, а **против способов** их «внедрения» (согласитесь, само это слово уже указывает на силовые методы). Поэтому нужно сформулировать вопрос иначе: как найти пути к бесконфликтной дисциплине? Это, безусловно, самая трудная и тонкая задача воспитания. Ведь от способа ее решения зависит, вырастет ребенок внутренне собранным и ответственным человеком или нет.

Есть несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину.

**Правило № 1.** Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.

Это особенно полезно помнить тем родителям, которые желают как можно меньше огорчать детей и избегать конфликтов с ними. В результате они идут на поводу у собственного ребенка. Это попустительский стиль воспитания.

**Правило № 2.** Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.

Понятоно, что это правило предостерегает от другой крайности – воспитания в духе «закручивания гаек», то есть авторитарного стиля общения (см. урок 8). Оба правила, взятые вместе, предполагают особое чувство меры, особую мудрость родителя в решении вопросов «можно», «следует» и «нельзя».

Найти золотую середину между попустительским и авторитарным стилями помогает образ четырех цветовых зон поведения ребенка: зеленой, желтой, оранжевой и красной.

В *зеленую* зону помещено все то, что разрешено делать ребенку по его собственному усмотрению или желанию. Например, в какие игрушки играть, когда сесть за уроки, какой кружок посетить, с кем дружить.

Действия ребенка, в которых ему предоставлена относительная свобода, расположены в *желтой* зоне. Ему разрешено действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ. Например, можно сесть за уроки, когда захочешь, но закончить работу к восьми часам вечера. Можно гулять в своем дворе и в соседнем, но дальше не уходить.

В этой зоне ребенок приучается к внутренней дисциплине, поэтому безконфликтное принятие ребенком требований и ограничений должно быть предметом особой вашей заботы. Для этого спокойно и коротко объясните, чем вызвано ваше требование. Обязательно подчеркните, что именно остается ребенку для его свободного выбора.

Вот пример удачного разговора мамы с сыном (5 лет).

Петя хватает печенье.

*Мама:* Сейчас не время для печенья, оно перебьет тебе аппетит. (Ограничения с коротким объяснением.)

*Петя:* А я хочу!

*Мама:* Ты обязательно его съешь, но только в конце ужина. (Разрешение с условием.)

*Петя:* Я не хочу ужинать!

*Мама:* Ты пока не голоден... (Активное слушание.) Хорошо, у нас есть время подождать папу. Он придет, и мы будем вместе есть. Но если ты проголодаешься, я могу покормить тебя и раньше. (Показ возможного выбора). Ты будешь есть на ужин кашу или жареную картошку?

*Петя:* Конечно, жареную картошку и вместе с папой!

Но бывают обстоятельства, когда мы вынуждены нарушать установленные правила. Такие попадают в следующую, *оранжевую*, зону.

Итак, в оранжевой зоне находятся такие действия ребенка, которые в общем мы не приветствуем, но вследствие особых обстоятельств сейчас допустимы.

Например, после долгого отсутствия папа приезжает в 10 часов вечера. Ребенку разрешают не ложиться спать до его появления и даже завтра не пойти в сад. Или: малыш напуган страшным сном, и мать берет его в свою кровать, пока он не успокоится. Дети бывают очень благодарны родителям за готовность пойти навстречу их особенной просьбе.

Наконец, в последнюю, *красную*, зону помещены действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах, — наши категорические «нельзя», для которых нет никаких исключений: нельзя бить, щипать или кусать маму, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких... Список этот «растет» вместе с ребенком и обращает его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

**Правило № 3.** Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Например, родителям часто досаждают «чрезмерная» активность детей: почему им надо так много бегать, прыгать, шумно играть, лазать по деревьям, бросать камни, рисовать на чем попало, все хватать, открывать, разбирать?.. Ответ прост: все это и многое другое — проявление естественных и очень важных для развития детей потребностей в движении, познании, упражнении. Им гораздо больше, чем нам, взрослым, нужно двигаться, исследовать предметы, пробовать свои силы. Запрещать подобные действия — все равно что делать попытку перегородить полноводную реку. Лучше позаботиться о том, чтобы направить ее течение в удобное и безопасное русло. Исследовать лужи можно, но только в высоких сапогах; разбирать часы можно, только если они старые; играть в мяч можно, но только не в помещении и подальше от окон. (См. примеры из желтой, а также зеленой зон.)

**Правило № 4.** Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.

Знакомо ли вам, когда мама говорит одно, папа — другое, а бабушка — третье? В такой ситуации ребенку невозможно усвоить правило, привыкнуть к дисциплине. Он начинает настаивать на своем, «раскалывая» ряды взрослых. Даже если один родитель не согласен с требованиями другого, лучше в эту минуту промолчать. А потом (уже без ребенка) обсудить разногласие и прийти к общему мнению.

Не менее важна последовательность в соблюдении правил. Если ваш ребенок два дня подряд ложился спать в 10 часов вечера вместо девяти, то на третий день вам трудно будет уложить его вовремя, он резонно возразит, что вчера и позавчера вы ему «разрешали».

Стоит помнить, что дети постоянно испытывают наши требования «на прочность» и принимают, как правило, только то, что не поддается расшатыванию. В противном же случае приучаются настаивать, ныть, вымогать.

**Правило № 5.** Тон, которым сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

Любой запрет становится для ребенка трудным вдвойне, если он произносится сердитым или властным тоном. Объяснение должно быть кратким и повторяться один раз. Если в ответ родитель слышит «почему?», то это не потому, что он вас не понял, а потому что ему трудно побороть свое желание. Здесь поможет активное слушание. Приказы же и «ты-сообщения», лишь усугубляют сопротивление ребенка.

Рассмотрим два примера: первый – неудачный, второй – удачный разговор мамы с детьми.

Дети увлеченно играют.

*Мама:* Хватит, заканчивайте! (Приказ.)

*Сын:* Как? Почему заканчивать?

*Мама:* Прекрасно знаете почему: вы должны отправляться спать. (Приказ в форме «Ты-сообщения».)

*Дочь:* Как уже спать?

*Мама:* Да, уже! И никаких возражений! (Приказ.) – Отбирает игру, дети расстроены, сердиты.

Гораздо лучше, когда разговор идет иначе с первых же слов мамы.

*Мама:* Ребята, пора заканчивать. (Безличная форма.)

*Сын:* Как? Почему заканчивать?

*Мама:* Время ложиться спать. (Безличная форма.)

*Дочь:* Как, уже спать?

*Мама:* Я вижу, игра интересная, и вам трудно оторваться (Активное слушание.)

*Дочь:* Да, очень интересная! Смотри, нам осталось сделать всего два хода!

*Мама:* Хорошо, два хода – это немного, договорились.

*Оба:* Да, да, а потом мы сами все уберем.

**Наказания.** Что делать, если, несмотря ни на что, ребенок не подчиняется?

Физические наказания оскорбляют, озлобляют, запугивают и унижают детей. Единственный вариант физического воздействия, который не вызывает сомнения – это обуздание разбушевавшегося ребенка.

Второй тип наказания – **условные следствия** непослушания. Он более привычен и исходит от родителя. Все начинается с предупреждения: «Если ты не... то», а кончается выполнением обещанного. Например: «Если ты не прекратишь грубить, я поставлю тебя в угол»; «Если ты не уберешь комнату, не пойдешь гулять».

Как относиться к наказаниям, ведь их все равно не избежать? Однако, применяя такие наказания, важно придерживаться одного очень важного правила.

**Правило № 6.** Наказывая ребенка, лучше лишить его хорошего, чем делать ему плохое.

Например, в семье заведено: или мама печет любимый пирог, или все вместе отправляются на прогулку. Дети очень ценят подобные семейные традиции. Когда родитель уделяет им специальное внимание, с ним интересно – это настоящий праздник для ребенка. Однако, если случается непослушание или проступок, то «праздник» в этот день или на этой неделе отменяется.

Это довольно ощутимое наказание, но в то же время не оскорбительное и не обидное. Ведь дети хорошо чувствуют, что это справедливо, когда родитель не дарит им свое время, потому что расстроен или рассержен.

Какой же практический вывод? Наверное, он уже ясен: нужно иметь запас больших и маленьких праздников. Придумайте несколько занятий с ребенком или несколько семейных дел, традиций, которые будут создавать **зону радости**. Зона радости – это «золотой фонд» вашей жизни с ребенком. Она одновременно – и зона его ближайшего развития, и основа вашего с ним доброжелательного общения, и залог бесконфликтной дисциплины.

Итак, сделаем вывод: чтобы не допустить глубокого разлада ребенка с самим собой и окружающим миром нужно постоянно поддерживать в нем **чувство самооценности, или его самооценку**.

Еще раз посмотрим, как можно это сделать:

1. Безусловно принимать.
2. Активно слушать и сопереживать.
3. Вместе читать, играть, заниматься.
4. Не вмешиваться в занятия, с которыми он справляется.
5. Помогать, когда просит.
6. Поддерживать успехи.
7. Делиться своими чувствами (доверять).
8. Конструктивно разрешать конфликты.
9. Использовать в повседневном общении приветливые фразы: «Мне хорошо с тобой»; «Я рад(а) тебя видеть»; «Хорошо, что ты пришел»; «Мне нравится, как ты...»; «Я по тебе соскучилась»; «Давай (посидим...поделаем) вместе»; «Ты, конечно справишься»; «Как хорошо, что ты у нас есть»; «Ты мой хороший».
10. Обнимать не менее четырех, а лучше по восемь раз в день.

И многое другое, что подскажет вам интуиция и любовь к ребенку.

**Еще несколько советов, или понемногу о разном**

1. В отношениях с ребенком не полагайтесь на силу. Это ожесточит его и приучит к тому, что считаться нужно только с силой.
2. Не давайте обещаний, которые вы не можете выполнить. Это поколеблет веру ребенка в вас.
3. Не делайте за ребенка то, что он в состоянии сделать сам. Он может в дальнейшем использовать вас в качестве прислуги.
4. Не поправляйте ребенка в присутствии посторонних. Если вы скажете ему все спокойно, с глазу на глаз, он обратит гораздо больше внимания на ваше замечание.
5. Не читайте ребенку нотации и не ворчите на него, иначе он будет вынужден защищаться, притворяясь глухим.
6. Смиритесь с тем, что ребенок любит экспериментировать. Так он познает мир.
7. Лучший способ воспитать ответственность и уверенность в себе — предоставить ребенку возможность самостоятельно принимать решения.
8. Ребенок учится на собственном опыте, поэтому не следует оберегать его от последствий собственных ошибок.
9. Поощряйте любознательность ребенка. Если вы попытаетесь отделаться от него, когда он задает откровенные вопросы, ребенок будет искать ответ на стороне.
10. Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно, не перебивая и не отворачиваясь. Не дайте ему заподозрить, что вас мало интересует то, о чем он говорит.
11. Не задавайте слишком много вопросов и не устанавливайте множество правил для ребенка: он перестанет обращать на вас внимание.
12. Пусть ребенок дает волю своим фантазиям. Живое воображение — дар, присущий детству. Никогда не подавляйте его!
13. Появление малыша в семье может вызвать кризис в жизни старшего ребенка. Относитесь к детям одинаково. Старший ребенок должен знать, что вы любите его ничуть не меньше.
14. Хороший способ прекратить ссору между детьми — сменить обстановку, отвлечь их.
15. Не сравнивайте ребенка с другими детьми, любите его таким, какой он есть. Если вы хотите развить у ребенка определенные качества, относитесь к нему так, словно они у него уже есть.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
1. В ПЕРВЫЙ КЛАСС КАК В КОСМОС.....	5
2. НАЙДИТЕ КЛЮЧ К ДЕТСКОМУ ХАРАКТЕРУ.....	10
3. ПОМОГИТЕ ДЕТЯМ НАЙТИ МЕСТО ПОД СОЛНЦЕМ РОДИТЕЛЬСКОЙ ЛЮБВИ.....	16
Библиографический список.....	19
Приложения.....	21

Учебное издание

Валентина Михайловна *Бухтоярова*,  
Людмила Николаевна *Зусева*,  
Оксана Александровна *Лаврикова*

## ПРЕДШКОЛЬНАЯ ПОРА

Учебно-методическое пособие  
для родителей, воспитателей, психологов  
и учителей начальных классов

Редактор *З.М. Малявина*  
Вёрстка: *Л.В. Сызганцева*  
Дизайн обложки: *Г.В. Карасева*

Подписано в печать 19.11.2008. Формат 60×84/16.  
Печать оперативная. Усл. п. л. 4,75. Уч.-изд. л. 4,4.  
Тираж 100 экз. Заказ № 1-127-08.

Тольяттинский государственный университет  
445667, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14



