|  |
| --- |
| [Тайные знаки детской жизни](http://ddt-osinniki.su/index.php?option=com_content&view=article&id=204%3A-5-6-&catid=49%3A2012-12-10-16-01-12&Itemid=109) |

|  |
| --- |
| Сегодня даже люди далекие от педагогики понимают: с ребенком нужно общаться, понимать, слышать. Но как общаться и понимать, если ребенок едва-едва умеет говорить? Или всем темам разговора предпочитает разговоры про пиратов? Или чуть что - рыдает? Как поговорить серьезно, если серьезных тем ваш ребенок привык избегать? Опытные педагоги учат: любое действие, слово или жест ребенка - информация к размышлению. Только как понять, что ребенок этим хотел сказать? В статье мы попробуем разобраться, какие основные соображения или эмоции могут двигать вашим ребенком и как это выражается. Предлагаем вашему вниманию своеобразный детско-взрослый словарь.  **Я тебя боюсь!**    Ребенок вас боится. Априори. Боится как высшего, не всегда понятного существа. Это надо принять, даже если вам это не очень приятно. И это не значит, что он вас не любит. Это значит, что иногда, когда вам кажется, что вы сейчас проявляете заботу, ребенку попросту страшно. И он не слышит ничего по сути вашего разговора. Особенно, если вы злитесь на него. Получается замкнутый круг: вы злитесь, ребенок от страха вас не слышит, от этого вы еще больше злитесь. Это состояние чрезвычайно непродуктивное, и, к тому же в запущенном виде приводит не только к неврозам, но и серьезным психопатологиям.  Как понять, что ребенок вас боится больше, чем стоило бы:  1) Он начинает избегать вас. Причем как фактически, так и на образном уровне: прятать глаза, во время разговора стараться отодвинуться подальше, избегает касаний, ничего о вас не рассказывает, не проводит свободное время с вами (мы сейчас не про подростковый возраст говорим - там другая история).  2) Ребенок заискивает. Ведет себя с вами не так как с другими. Например, учителя говорят вам, что в школе он агрессивный хулиган, а с вами он вежливый, приличный и выглядит даже немного старше своего возраста. Это означает, что рядом с вами он как сжатая пружина, в напряжении, а в школе пружина распрямляется.  3) Ребенок врет. По поводу и без. Избегает опасных тем, старается переключить внимание. Враньем пытается выставить себя в более выгодном свете. Безосновательно хвастается.  **Что с этим делать?**  1) Не обвинять ребенка. В его лжи виноваты вы. Ложь - единственное средство защиты что у него есть. Он защищается, как может.  2) Не разговаривать с ребенком. Скорее всего, именно эти "серьезные разговоры" и стали причиной его страхов. И когда вы садитесь с ним разговаривать, он вас просто не слышит.  3) Не бросаться срочно бросать ситуацию. Вообще не делать резких движений.  4) Серьезно поковыряться в себе и понять, что именно заставляет вас злиться. Начать работать над собой.  5) Найти (если есть) или освоить новые (если не осталось) зоны общения с ребенком, которые еще не отравлены страхом. Это может быть какое-то хобби или другое совместно действие. Начните с него и дальше постепенно расширяйте границы общения без ужаса.  **Я чувствую, что не нравлюсь вам, но не понимаю, что вы от меня хотите!**  У известной детской писательницы Туве Янсон есть прекрасная сказка "Невидимое дитя", про девочку, у которой была очень ироничная мама и со временем девочка стала невидимой. Эта сказочная метафора максимально точна в отношении некоторых семей.  Мы живем в мире, где, зачастую, цинизм и ирония - орудия самообороны во взрослом мире. Стремясь защитится от окружающих мы старательно обесцениваем чужой труд, переиначиваем, надсмехаемся, словно кто-то утвердил над нами плакат "Надсмехайся или будешь обсмеян". Конечно, эту проблему взрослого мира мы тащим в мир детский: иногда на наивный и очень прямой вопрос ребенка "Ты меня любишь?" хочется сделать страшные глаза и зарычать "Нет!", как бы демонстрируя ребенку всю абсурдность его предположения. Беда в том, что это довольно длинная цепочка и пока ребенок ее простроит (если простроит) - сто раз испугается.  Над ребенком нельзя подшучивать: это выбивает у него почву из-под ног, дезориентирует. И ребенок перестает понимать что хорошо, а что плохо; любят его или нет. И он начинает самоустраняться из этой ситуации, потому что не знает как себя вести. Он не делится достижениями, потому что реакция родителей может быть непредсказуема. Не рассказывает о себе, потому, что может быть обсмеян. Не знает как соответствовать этим расплывчатым критериям и не получает одобрения. И приходит к выводу, что мир взрослых неприятный, и расти не стремится.  Кому-то может показаться, что это чья-то частная проблема и его не касается, но, между тем, это проблема почти каждой семьи. Как часто можно услышать родителей, которые отчитывают ребенка словами "Разве можно так делать?!". Ребенок, особенно маленький, не понимает риторических вопросов. Все просто: если хотите сказать, что так делать нельзя - скажите: "Так делать нельзя!". Или другой пример: "Я кому сказала - не ходить туда?" Вас действительно волнует, кому вы это сказали? Как ребенок может понять, что это означает: "Я расстраиваюсь, когда ты меня не слушаешься!"?  Конечно, со временем, ребенок начинает понимать, что вы хотели сказать той или иной фразой, но также он понимает, что под любой, в принципе, фразой взрослого может лежать совершенно другой смысл, далекий от первоначального. Надо ли говорить как трудно ребенку с таким пониманием?  **Родители, услышьте меня!**  Вообще, внимание для ребенка точно также необходимо как воздух или, скажем, солнце. Совершая первые свои шаги по жизни, он оглядывается на самых главных людей своей жизни, родителей - ждет их реакции. Конечно, слова поддержки и одобрения ребенку услышать важнее всего, но и слова суровой критики зачастую гораздо приятнее, чем пустое игнорирование или отмалчивание. Особенная сложность в том, что ребенку недостаточно формального проявления внимания (что, может быть, подошло бы некоторым взрослым). Фальшь и отсутствие интереса в вопросе "Ну как там, в школе?" или "За что тебя сегодня похвалили?" ребенок почувствует сразу. Ведь всю свою жизнь он учился распознавать ваши интонации - даже когда он был еще совсем маленьким и не понимал слов именно интонации, мельчайшие полутона сообщали ему о вашем настроении и о том, как вы к нему относитесь. Ребенок никогда не согласится разделить вас с телевизором или интернетом - ему нужны весь вы, без остатка. И за это он будет бороться всеми известными методами: честными и не очень: он будет льстить, провоцировать, наговаривать и обманывать. Он будет капризничать и раздражать вас. Он будет перебором искать, то, что вас раздражает или что заставляет улыбнуться (в зависимости от того, что вы чаще делаете). И он победит, потому что на стороне ребенка все его природные инстинкты, все его бессознательное.  Нехватка внимания - достаточно распространенная причина конфликтов в семье вообще и с детьми в частности. Если вы чувствуете, что ваш ребенок постоянно вас чем-то раздражает (например, закатывает беспричинные истерики или наоборот неестественно заискивает) - это повод задуматься, может вы действительно часто оправдываете себя тем, что навалилась куча проблем и работа утомляет.  Ведь если вас раздражает звук звонящего телефона проще всего просто снять трубку и выслушать звонящего.  **Обнимите меня!**  Тактильных ощущений ребенку тоже может не хватать, как не хватает витаминов. Ученые доказали ребенок - которого недостаточно обнимали в детстве может вырасти человеком, плохо чувствующим габариты своего тела, неловким, задевающим все на своем пути. Ребенок должен чувствовать ваше тепло не только на словах. И не надо боятся, что мальчик, если его слишком обнимать, вырастет женственным. когда придет время мужать он сам начнет отвергать объятья.  В школе нам говорили, что если ребенок есть мел, значит, в организме не хватает кальция. Не знаю что там насчет мела, но если в организме не хватает телесных ощущений - ребенок начинает их искать. Сначала у вас - залезая на колени, врезаясь, начиная бороться и даже драться с вами. Потом у других детей, приставая также к ним.  А если это идет в комплекте с дефицитом внимания (а так оно чаще всего и бывает!) то подобные действия кажутся истеричными, характеризуются частой сменой настроения. Все это может быть похоже на симптомы серьезного нервного расстройства, однако, прежде чем обращаться к врачу попробуйте компенсировать это все вниманием и заботой. А дальше как пишут на лекарствах: если через две недели симптомы не пройдут - обратитесь к специалисту.  **Мне хорошо, я очень рад!**  Методы, с помощью которых ребенок делится с вами своей радостью, разнообразны и не всегда очевидны. Следует не забывать, что радость для ребенка такой же большой стресс, как и, скажем, сильный испуг. И нагрузка на организм сопоставима. Конечно, ребенок хочет разделить эту нагрузку и, если у вас в семье не принято открыто демонстрировать свои эмоции, ищет иные пути для демонстрации. Сколько раз я слышал от родителей: "Повели своего на елку, а он там подрался с другим мальчиком. Главное, он обычно такой спокойный, не забияка..." или "Такой был интересный спектакль, а она вся извертелась. То на колени ко мне залезет, то на пол вообще сядет"  Внимательный родитель всегда распознает и даже предупредит такой выброс эмоций. Если вы предполагаете для ребенка стрессовую ситуацию - поговорите с ним заранее, предупредите, что там будет и что он там увидит. Тут тоже важно не переусердствовать: можно, предупреждая по пять раз на дню, так "накрутить" ребенка, что он взорвется еще до стрессовой ситуации или "перегорит" эмоционально, не станет воспринимать ситуацию.  Если же вы понимаете, что ребенок переживает стресс - успокойте его с помощью нехитрых упражнений  Успокойтесь сами. Не что так не нервирует ребенка как нервный родитель. Вам может быть стыдно, вы можете жалеть, что билеты в театр, например, пропали, но внешне вы должны быть само спокойствие. Сделайте несколько глубоких вдохов.  Поговорите с ребенком спокойным тоном, спокойными словами, объясняя, что происходит.  Покормите, а лучше - попоите ребенка. Тут успокаивает и сама вода и глотательные движения, что ребенок совершает.  Уберите его от источника стресса.  Дайте ему возможность выплеснуть эмоции: побегать, если это уместно, покричать.  Поговорите с ним о его чувствах, о том, что он испытывает. Поначалу вам обоим это даваться будет трудно, но потом это станет важной частью ваших отношений  Возможно, из содержания статьи покажется, что дети только и делают, что находятся в беде. Это конечно не так. Просто мы разобрали наиболее распространенные проблемы. Проблемы, которые вызывают серьезное беспокойство. Пользуясь аналогичной логикой, вы скоро сможете понимать, что пытается ваш ребенок донести во многих ситуациях. Но лучше научить его распознавать эмоции и говорить прямо. Единственно верный путь для этого - начать с себя: разобраться, что вы чувствуете, как вы это проявляете и научиться говорить об этом. Начните с того, что скажите ребенку о том, как любите его.  *Дмитрий Тюттерин* |