

БЛОКНОТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, или ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

«Что посеешь, то и пожнешь», — гласит известная поговорка. В этих нескольких словах заключена народная мудрость, целая жизненная философия. Как часто в кабинете психолога матери и отцы подростков с отчаянием спрашивают «Ну что, что мне делать? Ведь мы так хотели, чтоб наш ребенок вырос честным, добрым, смелым... мы все для этого делали...»

Трудно сразу сказать, почему же вместо честного, доброго, смелого вырос циничный, безвольный, грубый человек, который не способен противостоять, ни наркомании, ни алкоголизму, ни хулиганству. Иногда для того, чтобы понять, почему это произошло именно с их ребенком, родителям требуются недели. а для того, чтобы исправить — годы или вся жизнь.

Безусловно, в развитии ребенка значительную роль играют генетические факторы, но тем не менее среда, в которой находится ребенок, тоже оказывает огромное влияние на него. Стилль воспитания ребенка, психологическая атмосфера в семье, люди, окружающие ребенка и принимающие активное участие в его воспитании, — все это самым непосредственным образом влияет на то, каким он вырастет.

Так, если в семье отец оскорбляет маму, и скандалы между ними — явление обычное, то вряд ли мальчик вырастет хорошим семьянином, даже если каждый день окружающие будут внушать ему, что надо быть добрым и порядочным.

Если родители чрезмерно строги с ребенком, наказывают его за малейший проступок, требуют беспрекословного повиновения, то вряд ли ребенку в будущем будет просто налаживать контакты с окружающими — с друзьями, семьей, коллегами.

Если ребенку дозволяется делать все, что бы он ни пожелал, даже когда его действия наносят вред другим, вряд ли и когда-либо он сможет мирно сосуществовать в обществе с другими людьми и подчиняться его законам.

Если... Впрочем, таких «если» может быть бесчисленное множество. Истина же заключается вот в чем. Хотите, чтобы ваш ребенок вырос честным, добрым, порядочным? Так закладывайте это с самых первых дней его жизни. Любите, уважайте его, не позволяйте себе оскорблять ребенка, даже если он совсем мал и вам кажется, что он ничего не понимает. Будьте сами образцом честности, доброты, порядочности для него. А если вдруг ошибетесь или испытаете чувство вины — извинитесь перед ним. Любите и принимайте его таким, какой он есть. Не ждите от него подвигов и достижений. И тогда ваши любовь и доброта породят любовь и добро, а не злобу и агрессию.

Конечно, бывают в жизни такие сложные ситуации, когда родители, стремясь принести ребенку пользу, а не навредить, теряются и не знают, как поступить. Такие проблемы у кого-то возникают десятки раз в день, у кого-то — реже. Но они есть у всех родителей.

Авторы в «Блокноте для родителей» осветили те проблемы, с которыми чаще всего обращаются к психологам мамы и папы.

Однако все советы и рекомендации, которые здесь приведены, не могут и не должны стать прямым руководством к действиям. Всякий раз, когда вы сомневаетесь, как поступить, ищите ответ в себе, спрашивайте у своего сердца. И если вы просто любите своего малыша за то, что он есть, за то, что он — ваш ребенок, если вы уважаете его, то ваше сердце обязательно подскажет ответ на любой, даже самый трудный, вопрос.

ДЕТИ УЧАТСЯ ТОМУ, ЧТО ВИДЯТ В СВОЕЙ ЖИЗНИ

1.:Если ребенок окружен критицизмом.

Он учится обвинять

Если ребенок видит враждебность.

Он учится драться.

Если над ребенком насмеваются,

Он учится быть робким.

Если ребенка постоянно стыдят,
Он учится чувствовать, себя виноватым.

если ребенок окружен терпимостью,
Он учится быть терпимым.
Если ребенка поддерживают,
Он учится умеренности.

Если ребенка хвалят,
Он учится ценить других.
Если с ребенком обходятся справедливо,
Он учини справедливости.
Если ребенок чувствует себя в безопасности,
Он учится нравиться самому себе.
Если ребенка понимают и обращаются
Сним дружелюбно,

Он учится находить любовь в этом мире.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК

НАЧАЛ ХОДИТЬ В ЯСЛИ

Период начала систематического посещения детского учреждения очень сложен для каждого ребенка. Е. О. Смирнова отмечает, что врачи и психологи различают три степени адаптации ребенка к детскому саду: легкую, среднюю и тяжелую. При легкой адаптации поведение ребенка нормализуется в течение месяца. Аппетит достигает обычного уровня уже к концу первой недели, сон налаживается за 1- 2 недели. Острых заболеваний не возникает. Во время адаптации средней тяжести сон и аппетит восстанавливаются через 20—40 дней, в течение целого месяца настроение может быть неустойчивым. Тяжелая адаптация приводит к длительным и тяжелым заболеваниям. Могут замедляться темпы развития.

Для того чтобы сделать процесс адаптации менее болезненным, необходимо, чтобы родители и сотрудники детского сада поддерживали тесный контакт. Это могут быть и посещения воспитателями ребенка на дому (конечно, с согласия родителей), и приход мамы или бабушки ребенка в группу детского сада в первые дни и недели, и постепенное привыкание ребенка к яслям: сначала мама приводит его только на прогулку, потом на один-два часа в группу, позже — на несколько часов подряд оставляет его с воспитателями.

Желательно, чтобы родители знали: даже если ребенок легко и быстро привык к яслям, не следует оставлять его здесь на 8-10 часов. Поскольку при переходе к новому укладу жизни у ребенка меняется все: режим, окружающие его взрослые, дети, обстановка, пища, — очень хотелось бы, чтобы воспитатели к моменту прихода нового ребенка в группу знали как можно больше о его привычках и старались по возможности создать хоть некоторые условия, схожие с домашними (например, посидеть с ребенком перед сном на кровати, попросить помочь убрать игрушки, почитать его любимую сказку, докормить обедом, предложить поиграть и лото). С целью получения дополнительной информации о ребенке можно использовать различные анкеты и просто беседовать с родителями.

Если родители решили привести ребенка в ясли, им необходимо прийти накануне к воспитателю, рассказать о своем ребенке и поинтересоваться, не ожидается ли на следующий день приход нескольких новых детей.

Е. О. Смирнова фиксирует внимание взрослых на том, что обычно дети, впервые поступившие в ясли, заболевают ОРЗ на 5—7-й день. Поэтому родителям лучше сделать перерыв и с целью профилактики заболевания не водить ребенка в ясли с 4 по 10-й дни.

В первые дни и недели посещения яслей, когда малыш испытывает эмоциональную перегрузку, родители должны поддерживать дома спокойную обстановку, не перегружать ребенка новой информацией, не посещать многолюдные места и не принимать дома шумные компании.

Скорее всего, если вы постараетесь выполнить все эти условия, ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни. Задача родителей в это время — быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

работниками детского сада.

постепенно. •

чем на 8—10 часов.

привычках и склонностях ребенка.

перерыв в посещении яслей.

обстановку.

информацией

заботливы и терпеливы.

ИТАК:

Установите тесный контакт с

Приучайте ребенка к яслям

Не оставляйте ребенка в яслях более

Сообщите воспитателям о

С 4 по 10 день лучше сделать

Поддерживайте дома спокойную

Не перегружайте ребенка новой

Будьте внимательны к ребенку,

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ПЛАЧЕТ ПРИ РАССТАВАНИИ С РОДИТЕЛЯМИ

Современные родители, прочитавшие множество книг по психологии, начинают готовить своего ребенка к приходу в ясли задолго до этого события. С ребенком гуляют во дворе, чтобы развить навыки общения, приглашают к нему в гости сверстником, рассказывают, как хорошо живут детки в детском саду. И малыш на вопрос в (рослых, хочет ли он пойти в детский сад, с радостью улыбается и кивает.

Но когда ребенок оказывается в не знакомой обстановке, котла он видит, что мама скрылась за незнакомыми дверями, что его окружают чужие тети, а какие-то дети трогают И рассматривают его, он приходит в отчаяние, следствием которого могут стать просто слезы или истерика. Подобное состояние может продолжаться и день, и два, и неделю...

бывает и по-другому. Если малышу нравится общаться со взрослыми и детьми, он легко и непринужденно прощается и мерный лет, с мамой и, смело взяв воспитателя за руку, без колебаний входит в группу. Он полон ожиданий, он не подозревает даже, что вместо сюрпризов его ждут разочарования. Он хочет играть в кубики, а его одевают и ведут гулять. Он хочет спать, а его сажают за стол. Он хочет взять машинку, а ее отнимают другие дети... А главное — нет рядом мамы, некому пожаловать-(и, но у кою потребовать желаемое. И тогда уже на следующий же день ребенок вряд ли с восторгом пойдет в ясли. Скорее всего, он будет плакать и прижиматься к маме.

К счастью, не все дети так тяжело переживают новый этап в новой жизни. Воспитатели отмечают, что легче адаптируются к детскому саду дети из многодетных семей (так как уже усвоили, что не только они являются центром внимания взрослых), дети из коммунальных квартир (у них уже есть опыт общения с разными категориями детей и взрослых) и дети из семей, в которых ребенок является равноправным партнером по общению с мамой и папой, а не игрушкой для взрослых, не помехой для них, не образцом для педагогических экспериментов.

Но если все же ребенок плачет при расставании с родителями по утрам, не стоит отчаиваться, так как после периода адаптации (смотри предыдущую «шпаргалку») ребенок, скорее всего, уже не будет так расстраиваться из-за вашего ухода.

Проанализируйте, так ли переживает малыш, если в ясли его приводит не мама, а папа или другой член семьи. И если с кем-то из них ребенок по утрам чувствует себя более комфортно, то, пока он не адаптируется, пусть его приводят бабушка или дедушка, старшая сестра или брат. Спросите воспитателя, как долго после вашего ухода ребенок еще плачет. Если сразу после того, как он оказывается в группе, малыш перестает плакать, то спокойно отправляйтесь на работу или учебу. Ваш ребенок наверняка чувствует себя отлично.

Если воспитатель сообщает вам, что ребенок плачет очень долго после вашего ухода, постарайтесь узнать, какие вещи и игрушки способны отвлечь малыша от горьких переживаний: интересная книжка, яркая игрушка, завтрак или веселая игра с детьми. Тогда по дороге в детский сад родители могут подробно рассказать ребенку, какое приятное событие или какая интересная игрушка ждут его в группе. Причем, говорить надо даже в том случае, если ребенок еще не умеет разговаривать и не может вам ответить.

Если же воспитатель говорит, что ребенок плачет в течение всего дня, то можно предложить малышу взять с собой в группу какой-либо дорогой для него и привлекательный предмет: игрушку, книжку или предмет, который принадлежит маме (ленту, платок и т. д.). Можно повесить в группе фотографии мам всех детей. Пусть ребенок видит ваше лицо и вспоминает вас.

Стефан Сейфер советует родителям найти какой-нибудь ненужный ключ, который можно ежедневно вручать ребенку, отправляя его в ясли. Положите его в кармашек малышу и скажите ему, что это ключ от квартиры (или от дома), и что вы не сможете без ребенка (у которого остался ключ!) попасть домой. Это поможет малышу обрести уверенность, что мама и папа обязательно придут за ним вечером, «не забудут» его в детском саду. Если у вас есть возможность, ходите с ребенком в ясли первые дни (недели). Не бойтесь, что ребенок будет капризничать. Как показал опыт, ребенок, чья мама находится в группе, чувствует себя спокойнее и увереннее.

Если же вам непременно надо уйти и оставить ребенка в яслях, постарайтесь быть спокойными и уверенными сами. В противном случае ребенок может уловить ваше беспокойство и будет расстраиваться и плакать еще больше.

И если уж вы решили отдать ребенка в ясли, будьте тверды и последовательны в своих поступках. Не позволяйте ребенку манипулировать собой и вынуждать вас из-за слез и капризов забирать его домой. Ваше спокойствие, доброжелательное отношение поможет ребенку обрести спокойствие.

Зная, что ваш малыш трудно переживает каждое утро разлуки с вами, попробуйте накануне, заранее придумать и отрепетировать несколько разных способов прощания. Например, воздушный поцелуй, крепкое рукопожатие, обоюдное поглаживание по спинке и др. М. Сигал утверждает, что это поможет отвлечь ребенка от грустных мыслей, а со временем, став своеобразным ритуалом, станет радовать и ребенка, и родителей.

Забирая ребенка из яслей, спросите воспитателя, чем занимался малыш в течение дня. Попросите воспитателя обязательно заметить утром, какое красивое платье на вашей

дочке. Иногда даже такой обычный прием отвлекает ребенка от грустных мыслей и переживаний и делает воспитателя более близким и понятным ребенку.

Даже если вы устали после работы, раздражены, сердиты на мужа или на начальника, постарайтесь не показывать это ребенку. Как бы он ни был мал, он обязательно «прочитает» ваше состояние. Пусть лучше малый! почувствует, что момент встречи с ним для вас праздник. Будьте внимательны к нему. Похвалите, поцелуйте. Сходите вместе с ним в парк, на игровую площадку. Даже если у вас совсем мало времени.

А. И. Захаров рекомендует родителям дать ребенку возможность поспать; детского сада побегать, попрыгать, поиграть в подвижные игры. А вечером дома устройте небольшой семейный праздник, например, совместное чаепитие, во время которого вы можете похвалить ребенка за проведенный день в яслях при всех участниках этого маленького праздника.

Все это поможет ребенку понять, даже если он совсем мал и не умеет говорить, что его любят, ждут его прихода из яслей, гордятся им. Скорее всего, подобная доброжелательная обстановка поможет ребенку быстрее адаптироваться к условиям детского сада и не переживать во время прощания с вами.

ИТАК:

СИ Рассказывайте ребенку, что ждет его в детском саду.

О Приучайте ребенка к детскому саду постепенно.

О Будьте спокойны, не проявляйте перед ребенком своего беспокойства.

СИ Попросите других членов семьи отводить ребенка в ясли. СИ Дайте ребенку с собой любимую игрушку или какой-то предмет.

О Принесите в группу свою фотографию. О Придумайте и отрепетируйте несколько разных способов

прощания. С! Присутствуйте в группе вместе с ребенком первые дни или недели. О Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из яслей.

С] После яслей погуляйте с ребенком в парке, на детской площадке. Дайте возможность ребенку подвигаться, поиграть, в подвижные игры.

О Устройте семейный праздник вечером.

О Демонстрируйте ребенку свою любовь и заботу.

О Будьте терпеливы. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ГОВОРIT ГРУБЫЕ СЛОВА

Ребенок раннего возраста активно впитывает все, что видит и слышит, что происходит вокруг него. Он не просто видит и слышит, но и непроизвольно запоминает все увиденное и услышанное. И никто из взрослых не в состоянии запретить ему это делать. Поэтому, как считает американский психолог Аллан Фромм, проводить профилактику грубых и неприличных слов невозможно. Единственное, что можно сделать, так это самим не произносить подобные слова в присутствии ребенка. Тогда мы будем уверены хотя бы в том, что подобным выражениям ребенок научился не в семье. Но помимо общения с нами малыш наблюдает за детьми более старшего возраста, слышит речь взрослых на улице и в транспорте, смотрит телевизор и т. д.

Услышав что-то новое, незнакомое, ребенку хочется продемонстрировать перед взрослыми то, чему он только что научился, иногда ребенок с гордостью копирует не совсем приличную речь значимого для него взрослого (так как подражание — одна из черт детей раннего возраста). А иногда ребенок произносит нечто необычное для того, чтобы посмотреть на нашу реакцию, узнать, хорошо или плохо он поступает. Если мы станем ругать его и показывать свое раздражение и недовольство, возможно, он научится таким образом вызывать вспышки нашего гнева, тем самым завоевывать наше внимание к нему, пусть даже и негативное. Не покупает мама в магазине игрушку, так вот я сейчас ей

покажу, разозлю ее и скажу такое, что ей станет за меня стыдно. (Правда, подобная манипуляция свойственна чаще детям более старшего возраста.)

Поэтому, если мы слышим от ребенка неприличные слова, прежде всего необходимо спокойно, без лишних эмоций сказать ему, что так говорить НЕЛЬЗЯ. Вместо этих слов можно сказать «м-м», например, «нет так...» И взрослый дает образец другого нытика «пшампч», которое заменит произнесенную грубость. Если же ребенок говорит что-то не так, как хочется нам, потому что не умеет! и не знает, как можно сказать по-другому.

По мнению Аллана Фромма, не следует читать малышу и длинных нотаций. Вряд ли он услышит все, что вы ему сказали, а тем более изменит свое поведение.

Если ребенок произносит грубые слова в общественном месте, в присутствии посторонних людей, лучше сразу извиниться за него и сменить тему разговора. В противном случае, если вы начнете его отчитывать и тем более накажете физически при посторонних, это может вызвать у него вспышку ярости. Тогда он начнет назло вам говорить подряд все плохие слова, которые он когда-либо слышал. Ни в коем случае не угрожайте ребенку тем, что если он скажет такое слово хотя бы еще один раз... Подумайте, что он может тут же произнести это слово, следуя оно им импульсивным побуждениям «отомстить» вам. Тогда вам придется либо отказываться от своих угроз, либо тут же найти путь к обещанному наказанию.

ИТАК, если ребенок говорит грубые слова

СЛ Объясните ребенку, что такие слова говорить нельзя

О Покажите, какими словами можно заменить грубое п.

О Не ругайте его.

О Дайте возможность ребенку выплеснуть его агрессию яру

каким-либо способом, например, в игре. СЛ Отвлеките ребенка. О Не угрожайте ребенку наказанием. СЛ Кратко извинитесь перед окружающими, если вы находились

в общественном месте. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НАЗЫВАЕТ СЕБЯ ДРУГИМ ИМЕНЕМ

Маленькие дети достаточно часто просят называть себя именем какого-либо принца, героя мультфильма, любимой зверюшки. Причем дети не только просят называть себя так, но они и вести себя начинают по-другому: так, как ведет себя настоящий носитель этого имени. В некоторых случаях подобное поведение способствует развитию фантазии, творчества, но иногда, если повторяется достаточно часто, настораживает родителей.

Начиная с двух лет, многим детям перестает нравиться их собственное имя. В своих играх и в общении со взрослыми и детьми они часто просят и даже заставляют окружающих называть себя по-другому — то именем соседской девочки или мальчика, то сказочным героем. При этом фантазия ребенка не имеет границ. Если это происходит в игре и ребенок быстро забывает о том, кем он был вчера или два дня назад, и при этом всегда отзывается на свое настоящее имя, тревожиться не стоит.

Но бывает и так, что ребенок настоятельно требует, приказывает, чтобы его называли по-другому, желая стать не тем, кто он есть на самом деле. Например, ребенок каждое утро, проснувшись, заявляет, что он — тигренок. Он отказывается идти завтракать, умываться, гулять, пока окружающие не назовут его обязательно тигренком. В этом случае американский психотерапевт Бруно Беттельгейм советует родителям спросить своего сына или дочку, почему он (или она) хочет, чтобы его (ее) называли именно так. Затем следует терпеливо объяснить или внушить ребенку, что он — это он и никем другим быть не может. При этом необходимо настойчиво называть ребенка его собственным именем.

Кроме того, взрослым, окружающим малыша, следует задуматься, почему ребенок хочет быть кем-то другим. Может быть, ему не хватает внимания, тепла, ласки. Может быть, это следствия ревности к кому-то. Может быть, ребенка не устраивает ни один из родителей, которым к нему обращаются родители. Быть и не быть! И так, что ребенок не

может, вследствие сплыва Аичилплгм-ческих особенностей, привыкнуть к непосильно быстрому или невыносимо замедленному ритму жизни в семье.

В любом случае родители должны постараться уделять ребенку как можно больше внимания, проявлять заботу о нем, больше разговаривать и советоваться с ним, не стесняясь говорить ему о своей любви. Почувствовав себя нужным и любимым, возможно, ребенок снова захочет стать самим собой.

ИТАК, если ребенок хочет, чтобы его называли другим именем:

О! Следует объяснить ребенку, кто он такой.

О Нельзя запрещать ему в играх или фантазиях называть себя по-другому. СИ Не следует постоянно называть ребенка тем придуманным

именем, которым он называет себя сам. О Необходимо уделять ребенку как можно больше внимания,

играть с ним, разговаривать, чтобы он захотел стать сами

собой. О Не стесняйтесь говорить ребенку о том, что вы его любите

таким, какой он есть. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ЗАЛЕЗАЕТ В ПОМОЙНОЕ

ВЕДРО

К нашему сожалению, а иногда и к ужасу, дети проявляют «нездоровый» (на наш взгляд) интерес к содержимому помойного ведра. М. В. Осорина, детский психолог, утверждает, что это очень распространенное и объяснимое стремление, когда детей привлекают к себе свалка, уличная помойка.

Свалки влекут к себе детей уже потому, что взрослые запрещают посещать их, потому, что на свалке можно делать все, что хочешь, не боясь сломать или испортить. Кроме того, вещи, уже не нужные взрослым, необыкновенно притягательны для детей. Они совсем не похожи на их игрушки (которые иногда уже изрядно надоели) и из них можно сделать все, что угодно. Все сказанное о свалках и помойках можно справедливо отнести и к помойному ведру.

Во многих детских садах мудрые воспитатели используют этот интерес детей к выброшенным вещам. В группе или в раздевалке можно поставить коробку, куда дети и родители бросают сломанные игрушки, коробки, баночки, палочки, вышедшие из употребления предметы домашнего обихода. В детском саду № 1 Петродворцового района для этих «сокровищ» даже название придумали: «НУЖНЫЕ НЕНУЖНОСТИ». Дети могут брать из этой коробки все, что захотят. И могут делать из этого все, что вздумается. Воспитатели же могут объявить конкурс на лучшую самодельную игрушку, сделанную родителями с детьми. Тогда результатом подобного начинания может стать музей «Нужные ненужности», экспонатами которого будут гордиться малыши. Такую же специальную «помойку» мы предлагаем соорудить и дома. Во-первых, это может отвлечь ребенка от настоящего помойного ведра, во-вторых, разные ненужные предметы не будут валяться в доме, в-третьих, это разовьет фантазию и творчество малыша, в-четвертых, поделки из этого «бросового» материала, сделанные вами совместно с ребенком, помогут наладить теплые отношения с ним и установить взаимопонимание.

Если же ваш малыш по какому-то поводу злится, капризничает, пусть он, используя импровизированную помойку, выплеснет свой гнев (ведь особого вреда для содержимого коробки он не нанесет в этом случае). В том случае, если ваши ожидания не сбылись и ребенок все равно совершает набеги на помойное ведро, не спешите отчаиваться. Не пытайтесь оттащить с со силой от заветного ведра — лучше отвлеките его чем-то интересным. Предоставьте ему выбор. Например, скажите: «Ты можешь играть с грязным ведром, но, может, мы с тобой лучше пойдем и сад поливать овощи?» Чем можно привлечь внимание малыша, лучше всего знают его близкие.

Если ваш ребенок привык, что вы с ним часто беседуете и даже советуется, попробуйте просто объяснить ему, почему вы считаете ненужным извлекать вещи из помойного ведра.

Если же ребенок совсем мал и не идет на подобное сотрудничество, повторите несколько раз твердо, спокойно, без излишней эмоциональности: «НЕЛЬЗЯ». Именно это слово (или любое другое, но всегда одно и то же, например, «грязно!») повторяйте всякий раз, когда застаете ребенка за опустошением ведра. Подобная реакция взрослого, как правило, оказывается более эффективной, чем длинная нотация и «распекание» провинившегося ребенка. Главное, чтобы слово «нельзя» не звучало злобно, гневно. Оно должно быть произнесено нейтральным тоном. Это обязательно принесет результаты, стоит только набраться терпения и подождать.

Если же и этот способ не действует, можно сделать и так: убрать помойное ведро в недосягаемое для ребенка место. Хотя бы на время, пока ваш малыш не будет готов к сотрудничеству с вами.

ИТАК, если ребенок залезает в помойное ведро:

О Создайте для ребенка альтернативное занятие, например, коробку с ненужными вещами.

О Не оттаскивайте силой ребенка от грязного места.

О Предоставьте ему выбор, альтернативное занятие

О Не читайте длинных нотаций.

О Объясните, почему нельзя играть с помойным ведром.

О Твердо скажите ребенку «Нельзя».

О Уберите помойное ведро в зону, недосягаемую для маленького исследователя.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК

НЕ ХОЧЕТ УБИРАТЬ ЗА СОБОЙ ИГРУШКИ

Многие родители не хотят мириться с таким положением, когда дети, поиграв с игрушками, отказываются затем убирать их. Кое-кто из родителей считает, что ребенок может делать все, что он желает, а взрослые должны обеспечивать ему свободу во всем и не должны принуждать малыша к каким-либо действиям. Конечно, у каждой семьи есть свои особенности и привычки. Безусловно, вам решать, следует ли приучать ребенка к аккуратности и порядку, и если приучать, то как и с какого возраста. Но если уж вы приняли решение научить ребенка убирать за собой игрушки, то быстрее добьетесь успеха, если будете выполнять несколько несложных правил.

Прежде всего, просьба убрать игрушки должна звучать доброжелательно. Уборка не должна стать наказанием, желательнее, чтобы она стала заключительной частью игры.

Если малыш еще настолько мал, что не понимает смысла происходящего, не готов к выполнению ваших требований, начните вместе с ним убирать игрушки, обязательно проговаривая вслух, что именно вы убираете, куда и зачем. Если подобная совместная работа проводится систематически, каждый вечер, в доброжелательной атмосфере, ребенок вскоре приучится выполнять ее самостоятельно.

Кроме того, у ребенка скорее всего не появится привычки убирать игрушки, если вы сами ежедневно не убираете за собой вещи: одежду, обувь, книги, газеты, украшения. Тогда разбросанные по квартире вещи станут для него привычным явлением. Ведь для ребенка раннего возраста характерной чертой является подражание...

Для того чтобы облегчить малышу процедуру уборки, можно использовать маркировку на коробках или на стеллажах. Например, на коробке, в которой хранятся машинки, можно нарисовать машинку, на пакете с мячами изобразить мяч и т. д. Никитим Б. П советует, для того чтобы легче было уложить кубики в м'роикувна ее дно положить лист с разметкой, куда и как класть к\пцки (р. | ;мс!ка может быть как черно-белая, так и цветная). Кош-чип, н ном случае необходимо учитывать возраст и воз-моашч I н ребенка.

Если у вас есть необходимый для этого запас времени и терпения, можно превратить уборку игрушек в занимательную игру. В главе «Игры для родителей и детей» описана одна из них («Помоги маме»). Можно предложить ребенку поменяться ролями. Пусть он будет мамой, а вы — дочкой или сыном. Приступайте к уборке игрушек, следуя

своим новым ролям. Ребенку это доставит удовольствие, а вы получите информацию о том, как малыш воспринимает вас и ваши просьбы (или приказы).

Не оставляйте мероприятие по уборке игрушек на поздний вечер, если оно провоцирует возникновение отрицательных эмоций и у вас, и у ребенка. Если же уборка превращается в прощание с игрушками, в укладывание их спать и становится необходимым ритуалом для малыша, то, конечно, следует заниматься этим непосредственно перед сном.

Если вы сами считаете, что чистота и порядок в доме необходимы, то твердо вводите правило убирать за собой игрушки. Пусть ребенок знает, что вы будете читать ему книжку или рисовать с ним только в чистой комнате. Но ребенок должен знать, что это — правило для всех членов семьи. Если же вы предъявляете ребенку ультиматум: уберешь игрушки — буду тебе читать, не уберешь — не буду, то малыш скорее всего сделает вывод о том, что мамину или папину любовь и внимание необходимо ежедневно «зарабатывать».

ИТАК, если ребенок не хочет убирать за собой игрушки:

(И Твердо решите для себя, необходимо ли это.

С1 Будьте примером для ребенка, убирайте за собой вещи.

О Убирайте игрушки вместе с малышом.

О Убирая игрушки, разговаривайте с ребенком, объясняйте ему смысл происходящего.

О Формулируйте просьбу убрать игрушки доброжелательно. Не приказывайте.

С2 Используйте маркировку, схемы на коробках и ящиках для игрушек.

О Учитывайте возраст и возможности ребенка.

О Придумайте интересную игру, чтобы уборка стала желанной для малыша.

а Сделайте уборку игрушек ритуалом перед укладыванием ребенка спать. ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ СОГЛАШАЕТСЯ ИДТИ В ДЕТСКИЙ САД БЕЗ СОСКИ

Однажды в электричке ехала мама с двухлетним ребенком (во рту у него была соска). Взрослые вокруг, как водится, говорили о погоде, о политике, потом переключили внимание на малыша. Каждый, стремясь реализовать свои педагогические и психологические способности, уговаривал ребенка бросить соску, приводя все новые и новые аргументы и засыпая молодую маму советами (разрезать соску, выбросить ее на глазах у ребенка и окно электрички, намазать ее горчицей...). Минут десять малыш, казалось, внимательно слушал, переводил взгляд с одного говорящего на другого, потом вынул соску изо рта, абсолютно «чисто» произнес: «Я без соски жить не могу» и еще с большей интенсивностью принялся сосать соску.

Подобные ситуации часто встречаются и в детском саду. Дети, которые уже умеют говорить, одеваться, петь песенки и др., отказываются расстаться с соской. Более того, даже в те моменты, когда ребенку не хочется ее сосать, соска должна находиться в поле его зрения. Например, Настя (2 г. 8 мес.) носила соску на ленточке. Она начинала кричать всякий раз, когда при сборах на прогулку соска оказывалась под верхней одеждой. Она отказывалась сесть за стол, идти гулять, мыть руки, если не видела своей «утешительницы». Маму вполне устраивало подобное поведение, а девочка, чувствуя поддержку матери, ни в какую не соглашалась на уговоры воспитателей.

Многие родители, как и Настина мама, не видят ничего плохого в этой привычке. Однако стоматологи утверждают, что затяжное сосание соски приводит к возникновению неправильного прикуса, к появлению кривых зубов. Гастроэнтерологи предупреждают, что данная привычка может спровоцировать неправильное пережевывание пищи со всеми вытекающими последствиями. Психологи же уверяют, что сохранение этой «детской» привычки может привести и к другим «вредным детским» привычкам (А. Фромм) и как следствие — к психологической незрелости.

Кроме того, дети понимают, что если мама так безоговорочно выполняет их категорическую просьбу дать соску (а эта просьба всегда излагается безапелляционно:

«Дать соску!»), значит можно требовать от нее выполнения и других капризов. Так дети научаются манипулировать нами, взрослыми.

Таким образом, ребенка все же следует отучить от сосания соски. Иногда помогает резкий запрет, а иногда — постепенное отвыкание от привычки.

Если соска в детском саду — это для малыша частичка дома, домашней обстановки, мамы, то можно использовать сначала параллельно с ней, а затем вместо нее другие предметы-заменители, напоминающие о семье. Например, резиновые или мягкие игрушки, мамину «записку» (в которой может быть «написано», когда она придет), семейную фотографию (ее можно повесить и над кроваткой ребенка, и, заламинировав, на ленточке на груди у малыша).

ИТАК, если ребенок не хочет идти в детский сад без соски, следует:

С1 Осознать необходимость «борьбы» с этой привычкой.

О Продемонстрировать ребенку свое твердое решение.

[И Найти предметы-заменители соски, напоминающие о семье.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК ВПАДАЕТ В ИСТЕРИКУ

Детям раннего возраста иногда свойственны припадки ярости, во время которых они падают на пол, бьют по полу руками и ногами, кричат, колотят окружающих. Чаще всего такое поведение возникает в ответ на запрет взрослых (нельзя брать какую-нибудь вещь, нельзя играть в луже) или на отказ купить игрушку, шоколадку. Иногда подобная вспышка может стать следствием конфликта со сверстниками. Например, если кто-то из детей отбирает у ребенка игрушку, а он не знает, что сделать в этой ситуации, как привлечь внимание взрослых, как выразить свою обиду.

Генри Паренс рекомендует в таких случаях следующие тактики. Если истерика началась в ответ на отказ или запрет взрослого, родители не должны тут же отменять свое решение, лучше твердо сказать «нет» (конечно, в том случае, если запрет является действительно необходимым). Г. Паренс не рекомендует в момент ярости поднимать ребенка с пола и насильно брать его на руки. Но если ребенок сам просится на руки, следует выполнить его просьбу. Но любые нравовучения в этот момент будут преждевременными.

1 (сжлсатслсно во время истерики оставлять ребенка одного. Это моле! и|,п небезопасно. Однако если взрослый сам находится в состоянии крайнего эмоционального возбуждения и не может кон-фо трона п, свои действия, лучше все же отойти от ребенка.

Очощ, часто родители в состоянии гнева либо кричат на ре-1Н-НК.1. шГю шлепают его (порой не соразмеряя силу удара). Впог |с.[с тип же они испытывают чувство вины и раскаяния.

К момент наибольшей интенсивности приступа ребенок мо-+.п П1' слышать уговоров взрослых, но когда «эмоциональный ил»- .1 !• I ни и: юг, можно попробовать отвлечь ребенка, переключи 11.1-| (1 шпманпс на какое-либо действие или предмет.

И ГАК, 1ч 1н ребенок впадает в истерику: _1 I !<• о| меняй к- немедленно своих решений. _) Иг пгршг ребенка насильно на руки. -Ш' ' 1.1||,ш кчм, поднять ребенка с пола.

О Не оставляйте ребенка одного.

С1 Следите за своим эмоциональным состоянием.

О Переключите внимание ребенка.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКА «НЕ ОТОРВАТЬ» ОТ ТЕЛЕВИЗОРА

Иногда полуторагодовалые-двухлетние дети могут часами просиживать у телевизора. Их привлекает, завораживает движение, мелькание на экране, они с удовольствием узнают уже знакомых героев сказок и даже взрослых сериалов. Многие родители тревожатся по этому поводу, приходят на прием к психологам за советом, что же делать, чтобы отучить малыша от этой «пагубной» привычки.

Конечно, бесконечное сидение у телевизора может отрицательно сказаться на здоровье ребенка, на его поведении, на взаимоотношениях в семье. Специалисты

утверждают, например, что немало семей распадается оттого, что семейный ужин, который еще недавно был символом семейного счастья, с появлением телевизора превратился в «кинозал».

Отсутствие общих тем для разговора, глухое недовольство тем, что включили не тот канал, не тот фильм, не ту передачу, — все это отнюдь не способствует укреплению семейных уз.

Однако периодические просмотры телевизионных передач не могут принести так уж много вреда. Если родители заранее просматривают телевизионную программу, выбирают для ребенка подходящие передачи, а главное, во время просмотра находятся рядом с малышом, телевизор может стать источником интересной информации и дальнейших контактов с родителями. Может быть, после просмотра передачи родители и ребенок вместе прочитают книгу по данной теме, сходят на экскурсию, смастерят поделку (например, любимого героя телевизионной передачи).

Если же ребенок один часами смотрит телевизор, взрослые могут ограничить время просмотра: твердо сказать ребенку, что он будет смотреть только один (или два) мультфильма в день. Причем пусть ребенок сам выберет, что именно он будет смотреть.

Если же малыш сопротивляется, не соглашается на ваши условия, а продолжает капризничать и требовать включения телевизора, предложите ему выбор: смотреть передачу или поиграть с папой в футбол (погулять с бабушкой, с братом, вымыть с мамой посуду, поиграть всей семьей в лото).

Контакты с окружающими людьми гораздо важнее для ребенка раннего возраста, чем «чудеса голубого экрана». Поэтому, как правило, малыш с радостью отказывается от телевизионной передачи и живо откликается на предложение побыть вместе с мамой, с папой, конечно, только в том случае, если в семье царит положительная эмоциональная обстановка и налажен контакт с ребенком. Тогда, если ребенок сознательно сделает выбор, общение с родителями и другими близкими людьми принесет ему много счастливых минут и часов.

ИТАК, если ребенка не «оторвать» от телевизора:

О Заранее познакомьтесь с телевизионной программой.

О Выберите подходящие для ребенка передачи.

О Смотрите передачи вместе с малышом. Объясняйте и обсуждайте увиденное.

О Ограничьте время просмотра и количество передач.

О Предложите выбор: смотреть телевизор или поиграть в увлекательную игру с родителями.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК КУСАЕТ ДРУГИХ ДЕТЕЙ

Многие родители и воспитатели жалуются, что малыши часто кусают и сверстников, и взрослых. Прежде чем наказывать ребенка (что чаще всего и происходит), необходимо выяснить причину подобного поведения.

Бывает, что малыш таким образом поступает, пытаясь исследовать окружающий его мир. В этом случае взрослый конечно же должен твердо сказать «нет», «нельзя», объяснить, почему нельзя, и предоставить ребенку приемлемый способ реализации его потребности. Можно дать ребенку резиновое кольцо для ку-сания, кусочек хлеба, печенье или показать ему какой-нибудь интересный предмет, который заинтересует малыша.

Иногда кусанис может стать выражением чувства беспомощности перед действительностью, следствием испытанного дискомфорта, с которым ребенок не умеет справляться сам. Например, если ребенок привык играть дома в одиночестве, но вынужден целый день находиться в окружении многих людей, он может выразить свое несогласие, протест в виде агрессии, укусов. Тогда укус станет формой самозащиты ребенка. В этом случае взрослый, заметив усталость и раздражительность ребенка, должен показать ему, где он может поиграть один, побыть в уединении. Или если ребенок не успокаивается, полон агрессии, лучше дать ему возможность выпустить «пар»: сбить

кегли, бросить мяч, постучать резиновым молотком и т. д. или просто взять его на руки, почитать книгу.

Но все перечисленное лучше сделать лишь после того, как взрослый уделит внимание «жертве»: успокоил, поговорил, погладил, пожалел. Очень хорошо, если к этой процедуре будет приобщен и маленький «агрессор». Пусть он тоже погладит, пожалует малыша, которого укусил.

Бывает, что ребенок кусается, так как просто не знает, как еще привлечь внимание взрослого, чем заняться, куда направить свою энергию. Тогда взрослый тоже должен уделить внимание прежде всего «жертве», а потом научить ребенка способам развлечь себя самому.

Кое-кто из взрослых полагает, что если не замечать, что ребенок укусил кого-либо из детей и не заострять на этом внимание, то он забудет о такой неблагоприятной форме взаимодействия и не будет больше так делать. Но практика показывает, что ребенок, проведя «разведку» и поняв, что такое поведение является нормой (так как не последовало никакой реакции значимого для него взрослого человека), поступает так и в дальнейшем.

Некоторые родители полагают, что если они строго накажут ребенка за проступок, он запомнит это и научится действовать менее агрессивно. В качестве наказания они шлепают ребенка, кричат на него, а иногда предлагают тому, кого укусили, ответить обидчику тем же. Так, если в детском саду кто-то из детей укусил их ребенка, они учат сына или дочь: «И ты укуси его тоже!» Подобная реакция порождает целый клубок агрессии, и иногда таким способом общения и выяснения отношений «заражаются» и другие дети в группе. Если в ответ на проявленную агрессию мы будем не учить ребенка сопереживать тому, кого он укусил, а станем заставлять его просить у «жертвы» или у нас прощения, он либо очень скоро поймет, что можно действовать безнаказанно подобным способом, или, если ваше требование унижительно и невыполнимо для ребенка, он «замкнется» и в качестве протеста ни за что не будет просить прощения. А может, если вы все же вынудите его попросить прощения, он назло станет вести себя так же. Старайтесь не стыдить малыша за то, что он укусил ребенка, а объяснить ситуацию. Иначе он может сделать из вашего монолога только один вывод: «Я плохой, и никто меня не любит». Тогда ждите новых вспышек агрессии.

ИТАК, если ребенок кусает детей:

1_1 Выясните причину подобного поведения.

и Нел и ребенок исследует окружающее, твердо скажите ему

"Цель !я!» И Г.сли ребенок выразил таким образом протест, прежде всего не привлекайте внимание «жертвы».

—И 11 оцросн 1е ребенка пожалеть обиженного им малыша. и Ойя игельно отреагируйте на укус, не оставляйте его без внимания. _) (о|.ясп11 ге ребенку, почему нельзя кусаться.

О Не кричите ребенка, не шлепайте его.

О Не заставляйте его просить прощения.

О Не стыдите ребенка.

О Уделите ребенку внимание. Он нуждается в этом.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ЖЕЛАЕТ ДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ИГРУШКАМИ

Ребенок от года до полутора лет может еще не понимать и не помнить правил поведения в группе детей, поэтому взрослые прежде всего должны научить его, как следует общаться, взаимодействовать с окружающими, причем в этот возрастной период необходимо последовательно вводить определенные границы дозволенного и неукоснительно контролировать их выполнение.

Однако, общаясь с ребенком раннего возраста, необходимо учитывать его возможности. Д. Лешли утверждает, что ребенок двух лет не способен делиться своими игрушками искренне.

Е. О. Смирнова считает, что дети этого возраста — собственники по своей природе. Если кто-то покушается на его игрушку, ребенок воспринимает это как угрозу собственной безопасности, как покушение на его личностное пространство. Можно, конечно, придумать некоторые «уловки», которые помогут урегулировать вспыхнувший конфликт на детской площадке. Например, попросите ребенка отдать игрушку — причину рачдо ра — вам в руки, и тогда вы сами дадите се поиграть другому малышу (но этот способ предполагает взаимодействие ребенка со взрослым, а не общение двух детей). Конечно же, взрослые не должны обвинять ребенка в жадности, так как это прицеле: только к формированию чувства вины. Главное — научить ребенка способам выхода из сложной ситуации, научить высушивать просьбы другого, выражать свои собственные чувства и желания словами, а не криком и кулаками.

Примерно к трем годам ребенок уже может научиться дели И ь ся своими игрушками с детьми. Однако нужно помнить, что жи

навык взаимодействия не появится сам по себе, без предварительных разъяснений взрослого, что такое «свой» и «чужие» вещи.

В качестве профилактики появления такого поведения, когда ребенок не хочет давать свои игрушки другим детям, можно обращать внимание ребенка на состояние того малыша, которому очень хочется поиграть в игрушку. Желательно описать, что он может чувствовать. Можно спросить, хотелось ли когда-то вашему ребенку чужую игрушку.

Если же конфликт уже разгорелся, если из-за игрушки возникла ссора, взрослый должен отреагировать тут же. Можно предложить детям поменяться игрушками. Можно организовать совместную игру. Предложите детям «озвучить» проблему, то есть сказать словами, чего они хотят и чего не хотят. Отвлеките малышей, если это необходимо, например, выньте из сумки какой-то яркий предмет, книжку и т. д. или просто начните говорить необычно тихим или «необыкновенным» голосом. Используйте шутку.

Старайтесь не стыдить того ребенка, который не хочет поделиться своей игрушкой. Примерно с двух лет у детей формируется чувство собственности. Они вправе не понимать, почему должны отдать, например, машинку, в которую самим хочется поиграть.

Если же вы знаете о том, что малыш не склонен делиться игрушками, старайтесь не брать с собой на детскую площадку яркие, привлекательные для всех малышей машинки, куклы. Не провоцируйте конфликт. Подождите, пока ребенок сможет понять вас и научиться взаимодействовать с другими детьми.

ИТАК, если ребенок не хочет делиться своими игрушками с другими детьми:

О Объясните ребенку, почему он должен это делать.

О Научите его выражать свои ожидания, протесты словами,

а не криками. СЗ Отвлеките детей. О Организуйте совместную игру. СЛ

Используйте шутку. СЗ Не стыдите ребенка.

О Не провоцируйте конфликт, не берите с собой на прогулку необычные яркие, привлекательные игрушки.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК РЕВНУЕТ К ДРУГИМ ДЕТЯМ

Проблема ревности может возникнуть как в семье (по отношению к братьям и сестрам), так и в детском саду (по отношению к другим детям в группе). Чаще всего дети яркими проявлениями ревности добиваются внимания взрослого. Иногда поведение маленького ревнивца становится агрессивным и может нанести вред окружающим.

Агрессивную вспышку взрослый должен постараться «погасить» и тут же предложить два-три приемлемых способа выхода из ситуации.

В качестве профилактики взрослому желательно почаще одобрять малейшее проявление дружелюбия и терпимости ревнивца по отношению к окружающим его детям. В те моменты, когда «соперники» играют мирно, воспитатели или родители могут похвалить их, высказать свои чувства, описать в позитивном тоне их поведение, а главное, дать детям понять, что они любимы и что внимание взрослого они скорее могут получить, демонстрируя доброжелательное отношение к другим. Даже совсем маленькие дети могут уловить и понять внимание и заботу. Иногда острое чувство ревности может вспыхнуть при появлении в семье младенца. Старший ребенок может вести себя агрессивно по отношению к малышу, может начать грубить маме, отказываться от еды, от игрушек. Случается, что двух-трехлетний ребенок в подобной ситуации вдруг вновь просит у мамы соску, начинает «сюсюкать», а иногда — писать в штаны, хотя уже давно отвык от этих привычек.

Подобный регресс развития ребенка наступает вследствие непреодолимого желания, во что бы то ни стало вернуть внимание и расположение близких, занять прежнее место кумира в семье. Родители не должны критиковать ребенка, ругать и поддразнивать его. Лучше заострять внимание на его «взрослых» поступках. Например, ребенок поставил на место свои игрушки, самостоятельно застегнул пуговицы — похвалите его за это, тогда он утвердится в мысли, что быть большим — это огромная привилегия. Д. Лешли считает, что тогда ребенок поймет, что

косям он понимает, что родители недовольны им, что он вино-маг и том, что огорчил маму и папу.

Для того чтобы помочь ребенку быстрее справиться с болезнью, взрослые должны оберегать его от перегрузок (как физических, так и эмоциональных). Не стоит позволять ему долго смотреть телевизионные передачи, хотя многие родители и считают, что спокойное времяпрепровождение у телевизора способствует быстрейшему выздоровлению, так как ребенок не вскакивает кровати, а послушно лежит. Однако чрезмерный информационный поток утомляет ребенка, и он зачастую становится капризным и плаксивым. Кроме того, после выздоровления ребенок, примыкнув, тоже часами просиживает у телевизора.

Вместо просмотра телепередач взрослые могут поиграть с ребенком и спокойные игры, а если у него высокая температура или он устал, можно просто посидеть с ним, погладить, приласкать, спеть колыбельную или другую песню. Хорошо бы, чтобы в ней песне упоминалось имя вашего малыша, а если возможно сочините незамысловатую песню на любимый мотив ребенка Пусть в ней говорится о том, как он заболел, но очень скоро выздоровел и... пошел с папой в цирк или с мамой в парк. Пусть да малыш будет мечтать о том времени, когда болезнь уйдет, и прежде тапать недалекое радостное будущее. Все это поможет 1-му скорее поправиться.

Но возвращаясь из магазина, с работы (если вы вынуждены вы-йти и. 1м дома), рассказывайте ребенку о том, кого из его друзей мы не забыли, кто из них передает привет больному. Это тоже со стороны положительные эмоции и будет способствовать скорейшему выздоровлению.

Если ребенок отказывается от еды, постарайтесь не заставлять его есть насильно, особенно в первые дни болезни. Уже если он начнет есть, его организм «не соглашается» принять ее.

Но если врач, которые прописал, придется принимать непременно и опирайтесь максимально снизить травмирующие

- ни (ни 11-М.1 им* Н настоящее время продается множество ле-

- . «ч 1" . и тынных специально для маленьких детей. Малыши не лишены удовольствиям.

ИТАК, если ребенок болеет:

О Не паникуйте.

Ш Уделяйте ребенку внимание, демонстрируйте заботу.

О Не упрекайте и не обвиняйте ребенка.

СИ Оберегайте ребенка от перегрузок.

О Играйте с ребенком в спокойные игры.

О Рассказывайте ребенку, кто из его друзей передает ему привет.

ГЛ Не заставляйте ребенка есть.

О Выполняйте назначения врача.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК В СУПЕРМАРКЕТЕ ХВАТАЕТ ВСЕ С ПОЛОК

Поскольку детям раннего возраста свойственно наглядно-действенное мышление, а восприятие носит аффективный характер, каждый поход в супермаркет превращается для родителей в сущую пытку. А ребенка, по словам Л. С. Выготского, вещи буквально манят, притягивают к себе. Полки современного магазина заполнены таким огромным количеством ярких и привлекательных банок и баночек, коробок и коробочек, пакетов и пакетиков, что малышу просто не устоять перед соблазном хоть к чему-то из этого изобилия прикоснуться. Ведь и мы, взрослые, зачастую даже в том случае, когда точно не собираемся приобрести вещь в магазине, подходим, разглядываем и берем ее в руки.

Так что же делать, если малыш хватается с полок предметы? Конечно, прежде всего необходима профилактическая, подготовительная работа, а не только «тушение пожара» в экстремальной ситуации.

Если ваш ребенок не совсем мал, а ему уже 2—3 года, вы можете поиграть с ним дома в «магазин». Обыграйте несколько сложных ситуаций, причем малыш должен многократно побы-

внимание родителей можно привлечь не только своей беспомощностью и зависимостью, но и «взрослыми» делами.

Однако только похвал ребенку будет, скорее всего, мало. Поэтому как бы ни было тяжело маме управляться с домашними делами и уходом за младенцем, она обязательно должна уделять время на общение со старшим ребенком. Причем в моменты такого общения, хотя бы 2—3 раза в день, внимание и любовь мамы должны быть безраздельными (без присутствия младенца).

Планируя следующий день, маме следует распределить время таким образом, чтобы побыть наедине со старшим ребенком. Конечно, это трудно, но возможно. Попробуйте — и вы убедитесь в этом сами. Кроме того, вы получите удовольствие от общения с вдруг повзрослевшим сыном или дочерью.

Бывает, что на помощь молодым мамам спешат бабушки и дедушки. Отлично! Общение с ними — спокойное и доброжелательное — поможет ребенку почувствовать свою значимость и любовь близких. Но такое общение полностью не компенсирует невнимание родителей. Более того, если добрые дедушка и бабушка, стремясь облегчить всем жизнь, забирают к себе старшего внука или внучку, ребенок, с одной стороны, «купаются» во внимании окружающих, а с другой — чувствует оторванность от семьи, ненужность и брошенность. Если возможно, пусть лучше бабушка и дедушка побудут с младенцем, а мама погуляет со старшим ребенком, почитает ему книгу, порисует, просто посидит рядом. Если же бабушка и дедушка пока еще не готовы прийти на помощь, мама и папа, когда младенец спит, занимаясь домашними делами, могут привлекать к ним старшего ребенка, разговаривая с ним как можно больше. Главное для него — знать, что он любим и нужен родителям.

ИТАК, если ребенок ревнует к другим детям: О Одобряйте малейшее проявление дружелюбия и терпимости «ревнивца».

С1 Не критикуйте ребенка, не поддразнивайте его. О Не стыдите малыша.

О Заостряйте внимание на «взрослых» поступках ребенка. О Уделяйте безраздельное внимание малышу. О Не отдавайте ребенка надолго бабушкам и дедушкам.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК БОЛЕЕТ

К сожалению, наши дети не всегда веселы и здоровы. Случается, что они болеют. По статистике дети 1—3 лет в среднем переносят 6 и более острых заболеваний в год (Вестов Н. Г.). И каждая болезнь выбивает из привычной колеи и Малыша, и родителей, потому что меняется ритм всей жизни» появляются новые проблемы.

Некоторые родители склонны чрезмерно перервать и даже паниковать по поводу детских болезней, тем самым нагнетая обстановку и неосознанно «заражая» малыша своей тревогой.

Ребенок очень быстро перенимает эмоциональное состояние близких людей. А. Фромм рекомендует родителям" период болезни ребенка вести себя по-прежнему спокойно и не проявлять особой озабоченности (если, конечно, ситуация не слишком критическая).

Безусловно, больной ребенок нуждается в заботе и ласке, и задача взрослых — реализовать эту потребность. Быть может, дополнительное внимание к заболевшему станет источником положительных эмоций для малыша, и момент выздоровления наступит скорее. Но если подобное отношение к ребенку испытывает только во время болезни, а в остальное время он чаще всего предоставлен себе и сразу после выздоровления теряет расположение родителей, то очень скоро он научится манипулировать окружающими — будет чаще жаловаться на недомогание и даже по-настоящему серьезно болеть. Болезнь «нужна» ему, так как это единственный способ добиться внимания мамы и папы.

Некоторые родители, которым приходится много работать, трагически воспринимают болезнь ребенка, так как не могут себе позволить долго не выходить на работу, «сидеть на больничном». В таких случаях бывает, что они, переживая сами. Упрекают ребенка: «Как я устала от твоих болезней!», «Ну вот теперь из-за тебя меня уволят с работы...», «Противный болячку у всех дети как дети, а у меня...». Подобная реакция взрослых усугубляет состояние больного ребенка, который и без того испытывает и физические, и моральные страдания. Ко всем этим неприят-

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ ИДТИ СПАТЬ

Для некоторых родителей может стать проблемой укладывание ребенка спать. Если ребенок перевозбудился, «перегулял», как говорят взрослые, его действительно трудно уложить в постель. Внимательные родители замечают первые признаки утомления малыша. Как только они появились — самое время заняться какой-нибудь спокойной игрой. Хорошо, если эта игра станет ритуальной и будет ежедневным предшественником отхода ко сну. Но игра еще обязательно должна быть интересной для ребенка. Иначе он не согласится на ваше предложение. Примеры таких игр приводятся в главе «Игры для родителей и детей» («Игры перед сном»).

После подобной игры можно заняться уборкой игрушек. Однако если прикажете ребенку: «Иди убирай игрушки!», он вряд ли придет в восторг и кинется выполнять приказ. Уборку игрушек тоже можно превратить в ритуальную игру. Если родители захотят, можно придумать «убиральную» песенку про то, как надо убирать игрушки. Время от времени в песенку желательно вставлять имя ребенка.

Например, песенка может быть такой:

Спать пора, медведь лохматый.

Спать пора, спать пора.

Помашите нам, Миша, лапкой,

Спи спокойно до утра.

Настя тоже спать ложится.

Пусть ей Мишенька приснится.

Когда все игрушки окажутся на своих местах, попросите ребенка, чтобы он говорил шепотом — чтоб не разбудить игрушки. Затем переходите к вечернему туалету, во время которого придумайте какую-нибудь спокойную игру с водой. Это помо-Ап ребенку успокоиться и подготовиться ко сну.

Постарайтесь в процессе приготовления ко сну похвалить (и не слишком эмоционально) зато, что он понимает, что пора сил п.. собирать игрушки и т. д.

();ш.1Кп если малыш излишне эмоционален и сверхподвижен, пиите перомшо, что все перечисленные приемы не помогут.

Тогда лучше всего ежедневно пользоваться какой-либо одной выбранной простой короткой фразой, например «пора спать». Возможно, произнести ее придется не один, а может быть, пять или шесть раз (а, может быть, и больше). Постарайтесь только не впадать в ярость от непослушания ребенка, повторяйте выбранную фразу нейтральным тоном. Желательно, чтобы эта фраза не звучала как грубый приказ.

Время отхода ко сну — это время эмоциональной близости с ребенком. Постарайтесь сделать его максимально приятным и для себя, и для малыша. Погладьте его, сделайте легкий массаж, поговорите ласково. Даже если он еще не понимает слов, его успокоит ваш голос, спокойные интонации. Можно почитать книжку (не вызывающую у ребенка отрицательных эмоций). Спойте ему колыбельную, уже известную или придуманную специально для сына или дочки. Даже если песенка окажется чересчур простой и наивной, ребенок, скорее всего, запомнит ее надолго и будет просить спеть ее даже в школьном возрасте. Вот отрывок из песенки, придуманной для маленького Данилки: Данечка-Данилка, Миленький, поспим-ка. Данюшка-Данюшка, Ляжем на подушку.

Спят в лесу зверята, Спать должны ребята, Данюшка-Данюша, Маму надо слушать...

Если родители научатся превращать минуты, предшествующие сну, в волшебное время установления теплого эмоционального контакта с малышом, то это будет залогом того, что даже когда ребенок подрастет, у него будет потребность обязательно пообщаться с вами перед сном, рассказать о своих удачах и поражениях, поделиться мечтами и проблемами.

ИТАК, если ребенок не хочет спать: О Замечайте первые признаки утомления. О Переключайте ребенка на спокойные игры. О Сделайте одну-две игры ритуальными. И Во время вечернего туалета дайте ребенку возможность поиграть с водой.

Оставайтесь спокойными, не впадайте в ярость от непослушания ребенка.

О Погладьте ребенка перед сном, сделайте ему массаж. О Спойте ребенку песенку.

01 Пообщайтесь с ребенком, поговорите с ним, почитайте ему книгу

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

У ВАС ВОЗНИКЛИ ПРОБЛЕМЫ...

Уважаемые родители!

Если у нас возникли проблемы, связанные с поведением и развитием ребенка, вы можете:

01 получить консультацию психолога;

С] прочитать учебник по психологии или педагогике;

Ц посоветоваться с близкими;

01 посетить специальные тренинга;

О) пижонить по телефону доверия.

Вероятно, существует еще немало способов решения вашей проо.'юмы. Сегодня мы предлагаем один из них.

(Лупан рекомендует в сложных ситуациях приступить к изготовлению книг вместе с ребенком. Книга может быть толстой или тонкой, из картона или из пластика, в виде «раскладушки» или какой-либо игрушки, она может иметь разные размеры и форму, в зависимости от той задачи, которую предстоит решить. Опыт работы по созданию книг имеется в некоторых детских учреждениях, например, ими пользуются сотрудники Психологического сопровождения Калинин-градского государственного университета в Петербурге).

Итак, мы дадим ребенку возможность выразить свое мнение. Ребенок может рисовать с ним каждый раз на больших листах бумаги, целенаправленно записывая все, что малыш сказал при этом. И он «и», таким образом, был сделан рисунок (ребенок рассердился; и т.д.).

и т. д.). Когда накопится несколько подобных рисунков, сложите их при помощи степлера или дырокола и тесьмы. почаще перелистывайте книгу вместе с ребенком. Читайте ему то, что записано вами. Пусть он поймет, что слова, настроение и графическое изображение тесно связаны между собой. Вероятно, тогда он со временем сам научится выражать свои мысли, настроения при помощи рисунков и слов, а не используя кулаки и вопли.

2. Если ваша проблема кроется в том, что ребенок не хочет оставаться без вас в группе детского сада, сделайте с ним книгу, на каждой странице которой пусть что-то нарисует каждый член семьи. Обязательно выделите несколько страниц ребенку. Даже если он совсем не умеет рисовать, пускай он оставит свой «след» на бумаге, под которым вы можете написать имя малыша. Сделайте подписи полстраницами: «Мама», «Папа», «Настенька» и др. Вместо рисунков можно заполнить страницы фотографиями всех членов семьи. почаще «читайте» эту книгу с ребенком. Название книги может быть такое: «Это мы», «Моя семья», «Вместе с мамой» и др.

Если ребенок плохо адаптируется к яслям и плачет по утрам, расставаясь с вами, можно сделать книгу, которая будет называться «До свидания», «Прощальная книжка» и др. На каждой страничке изобразите разные способы прощания: рукопожатие, воздушный поцелуй, обнимание, прощание двух мизинчиков и т. д. При этом обязательно объясните малышу, что вы нарисовали, и порепетируйте все изображенные вами способы. Такая книжка должна быть совсем маленького размера (как кармашек на рубашке, на платице) и иметь 3—4 странички. Тогда ее можно будет брать с собой в группу, рассматривать, когда грустно, показывать воспитателю.

3. Если у вас возникают трудности с кормлением ребенка, вам поможет созданная вместе с ним книжка «Что я люблю кушать», «Очень вкусно!» (в названии лучше отразить позитивное отношение к процессу еды). Тогда на страничках книги можно нарисовать разные блюда, которые вы обычно предлагаете ребенку. Такая книга позволит предоставить ребенку выбор, расширит его словарный запас, так как при перелистывании страниц вы сможете вместе с ребенком произносить вслух названия блюд.

4. Создание книги «Как я потерялся» поможет поговорить с ребенком на эту тему, придумать вместе с ним разные способы, что же необходимо делать, если ребенок потерялся. Затем на каждой странице нарисуйте один способ и сделайте простую, краткую подпись. Пусть ребенок, листая страницы, повторяет вслух (если он уже умеет говорить) поочередно все известные ему и нарисованные в книге способы.

5. Книжка «Добрый доктор» (в названии также отражается позитивное отношение) поможет ребенку преодолеть страх посещения медицинского кабинета. На каждой странице этой книги можно изобразить что-либо, что находится в кабинете врача или то, чего боится ребенок: фонендоскоп, зеркальце ЛОРа, термометр, шприц и т. д.

Во время рисования рассказывайте ребенку, для чего нужен тот или иной инструмент. Если малыш захочет пририсовать рядом с вашим рисунком свой-термометр, шприц или что-нибудь другое, пусть он это сделает, даже если изображение и отдаленно не будет напоминать реальный предмет.

Перелистывая страницы, ребенок будет многократно повторять названия и закреплять в сознании внешний вид «страшных» предметов. В кабинете врача, узнав знакомый предмет, он, скорее всего, обрадуется, а не испугается.

Подобные книги могут быть «изданы» на любую тему, могут называться по-разному, могут быть любого размера. Вот какие темы, например, могут стать основой для создания книги:

- «Это я», «Здравствуйте! Это я», «Вот какой Тема!»
- «Я умею», «Что я умею хорошо делать».
- «Моя семья», «Мама, папа, я», «Когда мы вместе».
- «Мои друзья», «Книжка про Настю».
- «Прощальная книжка», «До свиданья, мама!»
- «Как Коля умывался», «Мои игрушки», «Дашенька идет гулять».
- «Спокойной ночи».
- «Книжка про магазин».
- «Как Гриша съел весь суп».

Если вы хотите, чтобы создание книг стало не просто развлечением для ребенка, а способом решения определенных проблем, постарайтесь соблюдать некоторые правила:

- Книжки должны создаваться вместе с ребенком.
- Главным героем книжки лучше сделать самого ребенка.
- Картинки в книжке должны быть простыми (если вы совсем не умеете рисовать, используйте вырезки из журналов).
- Подписи должны быть краткими.
- Содержание рисунков (и подписи к ним) должно многократно повторяться ребенку.
- С ребенком лучше отрепетировать заранее, когда и где он сможет почитать ее.

Ваш ребенок понимает гораздо больше, чем выдумаете, и чем он сам может вам об этом сказать.

В приложении 4 приводятся образцы книг, изготовленных психологами, педагогами и родителями — участниками тренингов по проблемам раннего детства Института практической психологии «Иматон» Санкт-Петербурга.