

Валерия Фадеева

КАК
ГОВОРИТЬ,
чтобы ребенок
СЛУШАЛ,
и
КАК
слушать,
чтобы ребенок
ГОВОРИЛ

*от автора бестселлера
«Самая важная российская книга мамы. Беременность.
Роды. Ранние годы»*

Валерия Вячеславовна Фадеева
Как говорить, чтобы ребенок слушал,
и как слушать, чтобы ребенок говорил

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=4971113

*Как говорить, чтобы ребенок слушал, и как слушать, чтобы ребенок говорил / Валерия Фадеева.:
АСТ, Астрель; Москва; 2013
ISBN 978-5-271-45656-5*

Аннотация

Правильное общение с ребенком должно начинаться с самого рождения. Только найдя общий язык со своим малышом и внушив ему ощущение любви и безопасности, мама вырастит его успешным, здоровым и уверенным в себе человеком.

Многие спросят: как же мне понять бессловесного младенца, который и лица-то маминого пока не различает?

Оказывается, понять своего малыша легко сумеет любая мама! А как это сделать, вы узнаете из новой книги Валерии Фадеевой, всегда готовой прийти на помощь думающим и ответственным родителям, и особенно нашим любящим и заботливым российским мамам.

Содержание

Обращение к родителям	5
Что такое общение и почему оно так важно для ребенка	6
Как можно общаться с ребенком и к чему это может привести	9
Стиль общения: авторитарный	10
Стиль общения: либеральный	11
Гиперопекающий (вариант либерального стиля)	12
Демократический (авторитетный)	13
Отчужденный	14
Как понять ребенка	15
Такие разные мальчики и девочки	15
Различия между мальчиками и девочками в младенчестве	15
Общение с мальчиками и девочками до 1 года	18
Игры и игрушки до 7 лет	19
Общение с мальчиками и девочками до 7 лет	20
Кто у вас: «ребенок слова», «ребенок звука», «ребенок знака» или «ребенок цвета»?	23
Работа полушарий и восприятие информации	23
«Ребенок слова»	24
«Ребенок звука»	25
«Ребенок знака»	27
«Ребенок цвета»	27
Кто у вас: сангвиник, холерик, флегматик или меланхолик?	29
Темперамент – что это?	29
Какие бывают темпераменты	30
Какой темперамент у вашего ребенка?	31
Сангвиник	31
Холерик	31
Меланхолик	32
Флегматик	32
Как правильно общаться с сангвиником?	33
Самые частые ошибки	33
Советы родителям	34
Какие игры и занятия полезны сангвиникам	34
Как правильно общаться с холериком?	34
Самые частые ошибки	34
Советы родителям	35
Какие игры и занятия полезны холерикам	35
Как правильно общаться с меланхоликом?	35
Самые частые ошибки	35
Советы родителям	36
Какие игры и занятия полезны меланхоликам	36
Как правильно общаться с флегматиком?	37
Самые частые ошибки	37
Советы родителям	37
Какие игры и занятия полезны флегматикам	38
Язык детских рисунков	39

Язык детских снов	41
Ночные кошмары	41
Почему дети видят «ужастики»	41
О чем говорят ночные кошмары	42
Как помочь своему ребенку избежать ночных кошмаров	43
Что означают детские сновидения	43
Почему ребенок ведет себя «плохо»	49
Давайте будем правильно разговаривать с ребенком	51
Волшебная сила слов	51
Смысл скрытых посланий	52
Чудесные преобразования	56
Недопустимые (запретные) слова	58
Как помочь ребенку научиться общаться с другими людьми	66
Эффективные способы в общении	68
Время для общения с ребенком	68
А вы любите ребенка за что-то?	70
На одном уровне	72
«Как мне тебя называть?»	73
Такие полезные «обнимашки»	74
Конец ознакомительного фрагмента.	75

Валерия Фадеева

Как говорить, чтобы ребенок слушал, и как слушать, чтобы ребенок говорил. Особенности общения с ребенком от рождения до семи лет

Обращение к родителям

«Единственная роскошь, которую я знаю, – это роскошь человеческого общения».

Антуан де Сент-Экзюпери

Многие родители не задумываются о том, как важно правильно общаться со своим ребенком. Как важен каждый жест, каждый взгляд, каждое их слово.

Случается, что общение превращается в настоящую битву – когда мама пытается заставить ребенка делать немедленно то, что она хочет от него, а ребенок сопротивляется. Мама нервничает, расстраивается. А если так происходит постоянно, по много раз в день – то жизнь превращается в настоящий кошмар. Если вы этого не хотите, то тогда лучше уметь общаться с ребенком, уметь договариваться с ним... В общем, устраивать все так, чтобы он захотел сам сделать то, что от него хотите вы. Да-да, это не так-то легко. Я бы сказала, что это – настоящее искусство.

Именно поэтому я расскажу вам о секретах, зная которые вы сможете сделать так, чтобы общение с вашим ребенком доставляло много радости вам обоим.

Дети – очень умные, я бы даже сказала – хитроумные. И все они – разные. Поэтому, наверное, нет единого рецепта поведения родителей. В одной и той же ситуации с вашим ребенком правильно будет поступить так, а с другим ребенком – совсем по-другому. Поэтому старайтесь как можно лучше узнать своего ребенка. Это поможет вам найти самый эффективный способ взаимодействия, то есть общения.

Всего доброго вам и вашему ребенку!

Валерия Фадеева

Что такое общение и почему оно так важно для ребенка

Слово «общение» происходит от слова «общее». Это значит, что, общаясь, люди передают друг другу что-то общее, что есть или может быть между ними.



«Общение— это взаимодействие двух и более людей, направленное на согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижение общего результата». (М. И. Лисина)

Взаимодействуя со своим ребенком, вы постоянно с ним общаетесь. Каждую секунду. Вы общаетесь с ним, когда будите его, кормите, собираете в детский сад, когда играете вместе, гуляете, читаете ему книжки, рассказываете сказки, купаете его, укладываете спать...

При этом вы общаетесь с ребенком не только с помощью слов, но и с помощью действий, взглядов и жестов.

И во многом его развитие, причем как физическое, так и психическое, зависит от общения со взрослыми, и в первую очередь с матерью.

Общение с взрослым имеет большое значение для ребенка на протяжении всего его детства.

Но особенно важно оно в первые семь лет его жизни, когда закладываются основы его личности и деятельности. Причем чем меньше ребенку лет, тем большее значение для него имеет общение с взрослыми.



Есть такое понятие, как *госпитализм*. Так называют сильную психическую и физическую

отсталость, которая возникает из-за существенного дефицита общения со взрослым в первый год жизни ребенка, а также психические и телесные расстройства, вызванные слишком длительным пребыванием человека в больничном стационаре в отрыве от близких людей и дома.

Впервые этот термин «госпитализм» ввел в 1945 году психоаналитик Р.Спите.

Он наблюдал за детьми младенческого и дошкольного возраста, которые остались без внимания родителей и находились в больнице в течение долгого времени. У всех у них проявлялись одни и те же тревожные симптомы. У них замедлялось физическое и психическое развитие, они отставали в овладении языком и собственным телом, у них был ослаблен иммунитет. Они худели и теряли интерес к жизни. Помимо этого, возникало обратное развитие физических навыков. Даже дети, которые уже разговаривали и умели есть с помощью ложки, разучивались это делать.

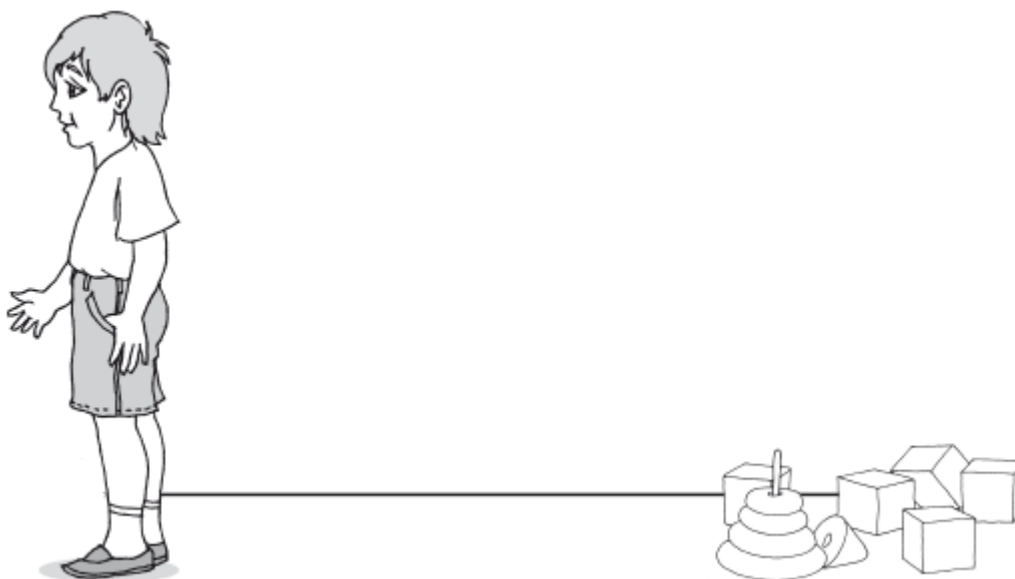
Последствия такого состояния продолжались долгое время или были необратимыми для психики. Некоторые дети умерли.

Исследователь сделал вывод, что к такому состоянию малышей приводит разлука с матерью и недостаток общения с ней, нехватка ее любви и ласки.

Госпитализм возникает не только в детских больницах, но и в различных заведениях, где уход за детьми и их воспитание происходят при полном или частичном отсутствии матери (например, в домах ребенка), где осуществляется только необходимый уход (малышей кормят, моют, им чистят носик), но при этом не носят на руках, не разговаривают с ними, не играют.

То же самое происходит в тех семьях, где матери не любят своих собственных детей или не уделяют им положенного внимания.

Родители, которые обделяют малыша любовью, вниманием и теплотой, лишают его психического и физического здоровья и обрекают на душевные страдания.



Такие дети вырастают пассивными, скованными, неуверенными в себе или, наоборот, очень агрессивными и жестокими. В более позднем возрасте бывает очень трудно компенсировать их неудовлетворенную потребность во внимании и доброжелательности взрослых.

Дети, с которыми с самого рождения общаются правильно, хорошо, вырастают уверенными в себе, обладают чувством собственного достоинства и умеют отлично ладить с другими людьми. Благодаря этому другим людям приятно находиться рядом с ними и они сами испытывают радость от общения.

Поэтому вам необходимо понять, как важны для ребенка внимание и доброжелательность близких.

Как можно общаться с ребенком и к чему это может привести

Все родители – разные. И общаются со своими детьми они по-разному. И все же психологи выделяют четыре основных типа общения с детьми. Каждый из них влияет на ребенка по-своему, и общение может быть как полезным для него, так и вредным.

Стиль общения: авторитарный



Как происходит общение: родители считают, что ребенок обязан их слушаться и беспрекословно подчиняться им только потому, что «Я так сказал!». Тогда, по их мнению, ребенок вырастет воспитанным. Такие родители устанавливают строгие правила и ограничения, не объясняя их ребенку, и требуют их выполнения. Ребенка постоянно контролируют, его инициативу подавляют, повышают на него голос, часто наказывают. Родители считают, что они всегда правы. Обычно в таких семьях не хватает тепла, так как родители ведут себя «холодно» и отстраненно по отношению к ребенку.

Как стиль общения влияет на ребенка: ребенок вырастает раздражительным, конфликтным, неуверенным в себе, готовым поступать в соответствии с принятыми кем-то решениями, беспомощный, с заниженной самооценкой или бунтарем.

Стиль общения: либеральный



Как происходит общение:

родители очень любят своих детей. Они относятся к ним с лаской и теплом. Да, родители предоставляют детям возможность действовать самостоятельно, учиться на своих собственных ошибках. Однако они практически не контролируют детей и ничего от них не требуют, позволяют делать им все, что им захочется. При этом они не обращают внимания на вспыльчивость и агрессивность детей, не учат отвечать за свои поступки. Ребенок не понимает слова «надо».

Родители стремятся избежать конфликтов с ребенком. Они купят ему в магазине все, что он попросит, только бы избежать скандала.

Как стиль общения влияет на ребенка: такой ребенок импульсивный, агрессивный, конфликтный, безответственный, не желает усваивать нормы поведения в обществе, не умеет контролировать себя. Он не умеет уступать, поэтому ему очень трудно общаться со сверстниками. Не очень уверен в себе, не слишком счастлив. Он может вырасти бунтарем и нарушить закон, а родители предоставляют детям возможность действовать самостоятельно, учиться на своих собственных ошибках.

Однако они практически не контролируют детей и ничего от них не требуют, позволяют делать им все, что им захочется.

Гиперопекающий (вариант либерального стиля)



Как происходит общение: родители посвящают ребенку всю свою жизнь.

Они полностью лишают ребенка самостоятельности.

Постоянно опекают его, так как боятся, что с ним произойдет какой-нибудь несчастный случай или он тяжело заболит. Такие родители становятся невротиками, страдают, если не получают благодарности от ребенка в данный момент, и надеются получить ее в будущем.

Как стиль общения влияет на ребенка: ребенок все время беспокоится и следит за своими ощущениями: не болит ли у него «животик» или «горлышко»?

Ребенок растет инфантильным, и из-за этого он не может общаться со сверстниками на равных. Скорее всего, он найдет себе покровителя среди одноклассников и будет ему подчиняться.

Демократический (авторитетный)



Как происходит общение:

родители любят и понимают ребенка, поддерживают его и помогают ему, когда ему это необходимо. Вместо наказания объясняют ребенку, что хорошо, а что плохо, поддерживают его и хвалят. Они внимательно относятся к его желаниям, но при этом не потакают его капризам.

Как стиль общения влияет на ребенка: ребенок любознателен, инициативен, ответственно относится к своим обязанностям. Он энергичен и уверен в себе, обладает чувством собственного достоинства, умеет контролировать себя, налаживать хорошие отношения со сверстниками.

Такой ребенок вырастает здоровым, открытым и счастливым.

Отчужденный



Как происходит общение: родители холодны по отношению к ребенку, избегают общения с ним.

Они кормят, поят, одевают его, но при этом его личность им безразлична: они не интересуются его развитием, достижениями, переживаниями. Ребенку постоянно кажется, что родителям не до него.

Как стиль общения влияет на ребенка: ребенок неуверен в себе, у него низкая самооценка, ему трудно общаться со сверстниками. Он не умеет контролировать себя. Он чувствует себя одиноким и несчастным. Такие дети редко достигают успеха.

Как понять ребенка

Такие разные мальчики и девочки

Различия между мальчиками и девочками в младенчестве

Различия между девочками и мальчиками проявляются с первых дней жизни ребенка.

Девочки рождаются более зрелыми, чем мальчики. Девочек появляется на свет меньше, чем мальчиков. Поэтому девочка должна появиться на свет более приспособленной, чтобы выжить и не нарушить баланс.

На протяжении первого года жизни мальчики вырастают в среднем на 17 см, а девочки на 16 см. Однако на протяжении второго года жизни девочки начинают «перегонять» мальчиков, вырастая с года до двух лет, в среднем на 11 см, в то время как мальчики на 10 см.

Разница в развитии между малышами обычно составляет 3[^] недели. Разрыв сохраняется и дальше: мальчики начинают ходить на 2–3 месяца позже, чем девочки, а говорить – позже на 4–6 месяцев.

Уже с первых месяцев после рождения работа мозга у мальчиков и девочек сильно различается. Вы заметите это, понаблюдав как ними, как они играют и ведут себя. Девочка с самого начала ориентирована на выживаемость, а мальчик – на дальнейшее совершенствование и прогресс.



Мальчики	Девочки
Им сложнее распознавать оттенки эмоций.	Лучше развита способность распознавать оттенки эмоций.
Менее выражено, чем девочки, реагируют на громкие звуки.	Более выражено реагируют на громкие звуки.

Почти вдвое меньше, чем девочки, смотрят на маму.	Почти вдвое больше, чем мальчики, смотрят на маму.
Лучше видят левым глазом.	Одинаково видят и левым и правым глазом.
Лучше развито пространственное зрение.	Лучше развито периферийное зрение.
Не способны в четыре месяца узнавать лица знакомых людей на фотографиях.	Уже в четыре месяца способны узнавать лица знакомых людей на фотографиях.
Лучше воспринимают синий цвет.	Лучше воспринимают красный цвет.
Раздражаются легче, чем девочки.	Раздражаются реже, чем мальчики.
Грустят реже, чем девочки.	Чаще, чем мальчики, грустят.
Позднее девочек начинают произносить свои первые слова, и словарный запас их меньше, чем у девочек.	Раньше мальчиков начинают произносить свои первые слова, и словарный запас их больше, чем у мальчиков.
Чаще девочек игнорируют голоса не только знакомых людей, но и своих родителей.	Реже мальчиков игнорируют голоса родителей и знакомых людей.
Преобладает слуховая память.	Преобладает визуальная (зрительная) память.
Научившись стоять, ходят лучше, чем девочки, и их больше интересует исследование окружающего мира. Менее быстро и уверенно овладевают навыками ходьбы. Больше интересуются исследованием окружающего мира.	Научившись стоять, более быстро и уверенно овладевают навыками ходьбы. Менее интересуются исследованием окружающего мира.

Выражают свои эмоции через действия.	Выражают свои эмоции словами.
Не могут долго играть и рассматривать предметы, но зато делают это более активно.	Могут долго играть и рассматривать предметы.
Менее эмоционально отзывчивы.	Очень эмоциональны и ранимы.
Невысокая чувствительность к физическим воздействиям на кожу. Менее отзывчивы на прикосновения.	Более чувствительны к физическим воздействиям на кожу.
Предпочитают соленую пищу.	Предпочитают сладкую пищу.
Склонны к шумным и подвижным играм, способным раздражать родителей.	Любят спокойные, тихие игры.

Общение с мальчиками и девочками до 1 года

Уже в период младенчества, опираясь на различия, нужно по-разному воспитывать сына и дочь — так же, как и общаться с ними.

<i>Мальчики</i>	<i>Девочки</i>
Им трудно распознавать оттенки эмоций, и они хуже девочек реагируют на тихие слова, а также и на ваш крик.	Важно учитывать их способность различать даже оттенки эмоций.
Как правило, на долю мальчиков выпадает меньше поцелуев и нежных слов. У них воспитывают твердый характер с пеленок. Однако физический контакт — поглаживания и объятия — в этом возрасте будущим мужчинам так же необходимы, как девочкам.	Новорожденным девочкам ласка и внимание нужны намного больше, чем миллион игрушек и распашонок всех оттенков розового цвета. Поэтому над дочкой нужно ворковать.

У мальчиков неодушевленные предметы вызывают больший интерес, чем люди. Им нравится осваивать развивающий коврик, подвесную гирлянду из погремушек и музыкальную карусель.	Общение для девочки — самое увлекательное занятие. Она намного дольше, чем ее сверстник-мальчик, может удерживать внимание на лице человека. Поэтому улыбка мамы и время, проведенное вместе с ней, для нее — лучший подарок.
Как успокаивать младенца. Учитывая особенности восприятия, мальчик успокоится быстрее, если вы будете разговаривать с ним на пониженных тонах. Слишком эмоциональная, женская манера общения будет его возбуждать еще сильнее.	Как успокаивать младенца. Девочке близок и понятен мамин тембр голоса и ее интонации. Главное, чтобы все, сказанное вами, было позитивно. Девочек быстрее, чем мальчиков, успокаивают тихие, «воркующие» слова, колыбельные песни, мелодичное пение.

Игры и игрушки до 7 лет



Мальчики	Девочки
Мальчикам нужен простор. Они бегают друг за другом, разбрасывают игрушки, что-то бросают в цель, лазают по лестницам, максимально используя предоставленную им территорию.	Так как у девочек лучше развито периферийное зрение, то им не нужно большое пространство для игр. Им достаточно маленького уголка, чтобы разместить на нем свои «сокровища»: кукол, их одежду и посуду.

Им больше нравятся различные механические игрушки, конструкторы, лего.	Им больше нравятся мягкие и яркие игрушки и куклы.
Свою активность мальчики проявляют шумно и резко. По статистике, у мальчиков - дошкольников травмы случаются почти в 2 раза чаще, чем у девочек. Уже с 2,5 лет мальчики становятся более настырными, иногда агрессивными, и внешнюю враждебность чувствуют лучше девочек.	Свою активность девочки проявляют тише, но результативнее.

Общение с мальчиками и девочками до 7 лет



<i>Мальчики</i>	<i>Девочки</i>
Им требуется больше доверия. Мальчик доволен собой, если у него есть возможность действовать самостоятельно. Предложение о помощи он может воспринять как оскорбление.	Им требуется больше заботы и понимания. Когда вы предлагаете помощь девочке, она чувствует, что ее любят. Так вы показываете ей, что заботитесь о ней.

Поэтому мальчик может бурно протестовать, если мама захочет завязать ему шнурки. Когда вы разрешаете мальчику действовать самостоятельно, вы тем самым показываете, что доверяете ему и верите в то, что он способен сам о себе позаботиться и все сделать правильно, и ему это очень нравится. Если мама слишком часто делает что-то за сына, он начинает думать, что она не верит в то, что он может это сделать сам. Такие слишком беспокоящиеся и подавляющие своей опекой матери делают своих сыновей слабыми и изнеженными. Такие мальчики будут испытывать потребность в заботе (как девочки), а не в свободе деятельности.	Если папа считает, что дочь всегда все может делать совершенно самостоятельно, без посторонней помощи, то ей может показаться, что ее не любят, отталкивают и не заботятся о ней.
Если мальчик видит, что вы игнорируете его желания и потребности, то он начинает меньше заботиться об окружающих. Для того чтобы мальчик заботился об окружающих, принимайте и одобряйте его, говорите ему о том, что он вас радует. Тогда он и в будущем будет вести себя соответствующим образом.	Если девочка видит, что вы пренебрегаете ее желаниями и нуждами, то она начинает меньше доверять окружающим. Девочке необходимо быть уверенной в том, что родители всегда ее поддержат, что они всегда готовы понять ее чувства, желания и нужды. Тогда малышка доверяет родителям и остается открытой и счастливой.

Не стоит давать непрошенные советы в тот момент, когда ребенок вам сопротивляется. Из-за этого может случиться так, что он перестанет просить совета даже тогда, когда он ему будет необходим, и даже может утратить желание общаться с вами.	Девочка может сильнее, чем мальчик, сопротивляться совету, но все же будет продолжать делиться с родителями своими переживаниями.
Отцы ошибаются, предлагая ребенку выход из ситуации, готовое решение проблемы, когда он расстроен, вместо того чтобы просто проявить сочувствие, в котором в данную минуту он так нуждается. В таком случае ребенку кажется, что с ним что-то не так, если он делает проблему из такого пустяка, что вы пренебрегаете его переживаниями. Если так происходит очень часто, то ребенок в конце концов просто перестанет делиться своими чувствами. Ребенку важно проявлять свои чувства и знать, что его поймут. А для этого родителям прежде всего нужно просто выслушать ребенка, а не торопиться предлагать свою помощь в решении его большой или не очень проблемы.	

Кто у вас: «ребенок слова», «ребенок звука», «ребенок знака» или «ребенок цвета»?

Работа полушарий и восприятие информации

Наука пока еще не знает причин психологических и поведенческих различий между людьми.

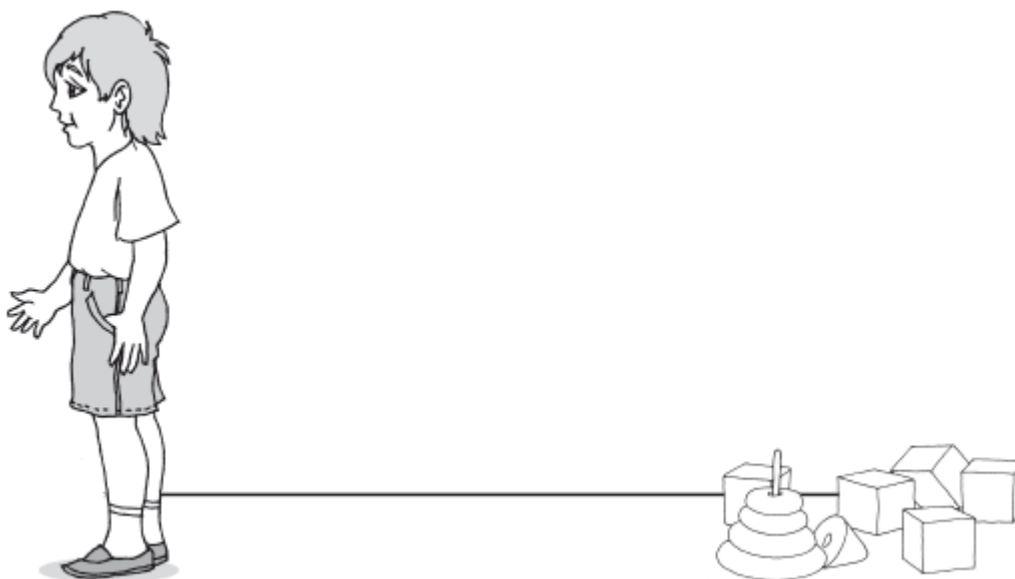
Известно, что наш мозг асимметричен и в коре его полушарий расположены центры, которые отвечают за различные виды деятельности. Левое полушарие – «аналитическое», оно делит целостный образ на знаки, систематизирует их. Благодаря ему человек воспринимает мир как совокупность | знаковых систем. Правое полушарие – интуитивно-образное. Информация поступает сюда нерасчлененной и воспринимается как единое целое. С помощью левого полушария мы говорим и понимаем речь, считаем и разбираемся в схемах и картах. Благодаря правому, «творческому» полушарию мы можем рисовать, слушать и сочинять, испытывать творческие озарения.

У каждого человека ведущим является какое-то одно из полушарий. Большинство людей имеют развитое левое полушарие мозга, и как правило, они правши. У левшей доминирует правое полушарие. Но и среди правшей немало таких, у кого правое полушарие больше влияет на сознание, чем левое. Такие люди могут одинаково хорошо владеть обеими руками; при ведущей правой руке может доминировать левый глаз или ухо. То есть правое и левое полушария могут по-разному взаимодействовать друг с другом, а это в свою очередь повлияет на то, будет человек «технарем» или «гуманитарием», романтиком или прагматиком.

В зависимости от взаимодействия полушарий и, возможно, еще от каких-то неизвестных пока нам причин дети по-разному воспринимают информацию, используют для связи с окружающим миром различные каналы.

Одним легче выразить себя в слове, для других важнее цвет, третьи лучше всего воспринимают и выражают информацию с помощью схем и таблиц, а есть дети, которые делают это с помощью звуков и музыки.

Зная психотип своего ребенка, вы сможете помочь ему быстрее и лучше развиваться и эффективнее с ним общаться. Имейте в виду, что на деле трудно встретить ребенка, которого можно было бы отнести только к тому или иному типу. Речь идет о том, какой канал восприятия и выражения является для малыша основным, определяющим тип личности.



Но и остальные он конечно же будет использовать и развивать.

Встречаются и люди, у которых одинаково развито несколько каналов выражения и восприятия, и они используют их в своем творчестве. Это те, кого мы считаем гениями.

Возможно, вы найдете в своем малыше отдельные черты разных типов или обнаружите, что он не похож ни на один из них. Это еще раз подтвердит то, что каждый человек неповторим.

«Ребенок слова»

У большинства детей этого типа ведущим является правое полушарие, поэтому они склонны к интуитивному восприятию. Такие малыши, как правило, очень рано начинают говорить. При этом они не стараются копировать отдельные слова, а стремятся в целом воспроизводить поток речи.



Эти дети очень общительны. Они стремятся прежде всего к общению со взрослыми, но если у них есть братья или сестры-погодки или близнецы, они могут долго остановиться на стадии «своего» языка, на котором будут беседовать друг с другом.

«Ребенок слова» очень любит, когда ему читают вслух. Несмотря на то – что он рано научится читать сам, он все равно будет с удовольствием слушать сказки в вашем исполнении. Очевидно, для него тоже очень важно восприятие информации на слух.

«Словесные» дети легко выучивают иностранные языки методом «погружения», но в школе им может быть нелегко, так как там основное внимание уделяется грамматике и заучиванию слов.

«Ребенок слова» обычно очень доверчив. Слово для него настолько важно, что он не может даже и подумать о том, что его обманывают. Малыш будет очень долго верить в Деда Мороза и волшебную палочку, если вы убедите его в том, что они существуют.

Но в то же время среди таких детишек встречаются невинные врунишки, которые рассказывают настолько увлекательные истории из своей и жизни своих близких, что им верят даже взрослые. Малыш фантазирует и сам верит в историю, придуманную им самим. Поэтому не стоит его за это наказывать. Со временем «вранье» забудется.

«Ребенок звука»

С самого рождения крохи становится понятно, что ребенок неординарен и артистичен. У него великолепный слух, и он прекрасно воспроизводит различные звуки.



Малыш стремится произвести впечатление на окружающих и со всеми членами семьи может играть разные роли. Поэтому постарайтесь привыкнуть к этому и научитесь их понимать.

Тогда вы сможете корректировать довольно сложное поведение малыша и не дадите себя провести ангельскими глазками или комедией «мнимый больной».

«Ребенок звука», как правило, начинает говорить рано, но не очень заботится о качестве речи. Он может долго коверкать слова.

Детишкам этого типа нравится, когда им читают вслух, они обожают слушать кассеты с литературными спектаклями и детскими песнями.

Они не очень рано начинают читать сами. Для них важнее звучащее, чем написанное слово. Им бывает трудно перевести буквы в звуки и звуки в буквы. Поэтому с малышом нужно терпеливо заниматься. Ему нравится, когда на занятиях буквы и слоги пропеваются на разные мелодии.

Имейте в виду, что насилие абсолютно неприемлемо в общении с чувствительными и ранимыми «детьми звука».

Они легко выучивают иностранные языки, оказавшись в языковой среде, но вне ее редко в совершенстве овладевают грамматикой. Поэтому им полезно смотреть мультфильмы и детские программы на иностранном языке.

Так как образное мышление у ребенка преобладает над аналитическим, то он может отставать от сверстников в занятиях, которые требуют смекалки, логики и активной словесной деятельности.

Не расстраивайтесь. Если только вы не сформируете у малыша комплекс неудачника, то к старшим классам он не только догонит, но и перегонит своих одноклассников. Зато у

вашего ребенка уже в раннем детстве проявляются такие дарования, которые даны далеко не всякому.

«Ребенок знака»

«Ребенок знака» является полной противоположностью «ребенку слова». У него доминирует левое полушарие, и поэтому малыш – аналитик и изобретатель.



Эти дети обычно начинают говорить довольно поздно. Помалкивая, они накапливают информацию о языке, зато потом почти сразу начинают говорить длинными фразами.

Малыши этого типа легко учатся читать, если им объяснить логику превращения букв в звуки.

Лучший способ научить чему-нибудь таких детей – вместе с ними составить схему.

«Ребенок знака» легко выучивает иностранный язык, усваивает грамматику. Правда, навыки устной речи он приобретает медленнее, чем «словесный ребенок».

«Дети знака» – прирожденные изобретатели, и они с огромной радостью собирают конструкторы, а позже паяют микросхемы. Поэтому, если вы хотите избежать разрушений и несчастных случаев, определите своего малыша в кружок юных техников.

Ребенок может стать отличным спортсменом, так как он азартен и у него сильна воля к победе.

«Дети знака» очень ранимы и психически неуравновешенны. Поэтому за малышом нужно внимательно следить и в случае необходимости обращаться к психологу.

«Ребенок цвета»

«Дети цвета», кажется, рождаются с карандашом в руках и сразу же начинают покрывать своими «шедеврами» все вокруг.



Для «ребенка цвета» рисование – главный канал связи с миром.

Малыш обычно молчалив и не очень рано начинает говорить.

Однако постоянная работа карандашом, кистью или пластилином прекрасно развивает мелкую моторику. А это положительно влияет на формирование тех отделов мозга, которые отвечают за речевую деятельность. Поэтому у много рисующих детей не бывает серьезных логопедических дефектов, они легко овладевают чтением и письмом.

«Ребенок цвета» не очень хорошо воспринимает материал на слух, но зато у него прекрасная зрительная память. Поэтому ему необходимы красочные словари и атласы, наглядные пособия.

Такие малыши обычно обожают мастерить и умудряются превращать обычные предметы в произведение искусства. Вам следует восхититься шедевром своего ребенка, как бы сильно он ни отличался от общепринятых представлений о прекрасном.

Постарайтесь найти хорошую изостудию, где талантливый и умный педагог создаст необходимую творческую атмосферу. Важно еще и то, чтобы он не выделял кого-то из детей, не заставлял их копировать, раскрашивать и рисовать «по-взрослому».

Кто у вас: сангвиник, холерик, флегматик или меланхолик?

Темперамент – что это?



С самого рождения дети ведут себя по-разному. Один младенец постоянно кричит, другой – активно сосет мамину грудь или бутылочку и мгновенно засыпает, третий – морщит свой носик, ест медленно и без аппетита, мало спит, а четвертый – ест спокойно и долго. Почему так происходит? Дело в том, что у каждого малыша свой темперамент.

Темперамент – это врожденные свойства нервной системы, совокупность индивидуальных особенностей личности.

Он четко проявляется до 5–6 лет, так как в это время ребенок еще не может себя хорошо контролировать.

Самые лучшие, теоретически обоснованные и практически проверенные педагогические рекомендации будут эффективны только тогда, когда они будут индивидуализированы, то есть приспособлены к особенностям данного ребенка.

Чаще всего нам не нравится поведение малыша именно потому, что мы не понимаем особенностей его темперамента.

Поэтому, для того чтобы знать, как эффективно общаться с ребенком, найти именно тот подход, те меры воздействия, которые пригодны для вашего ребенка, необходимо знать, какие бывают темпераменты, уметь определить тип нервной системы малыша.

Итак...

Какие бывают темпераменты

Существует четыре типа темперамента:

- холерический,
- сангвинический,
- флегматический
- меланхолический.

Но «чистые» темпераменты встречаются очень редко. Чаще всего в малыше могут быть черты разных типов. Но определенные свойства нервной системы все же преобладают.

Некоторым родителям бывает не так-то легко понять своего ребенка, если их темпераменты разные. Например, ребенок-холерик взбирается на колени к папе-флегматику. Всего за минуту малыш, словно обезьянка, повиснет на нем, заедет папе по челюсти, бурно выразит свою радость или неудовольствие и куда-нибудь умчится. Папа не понимает, почему его ребенок не реагирует на замечание: «Посиди спокойно».

Поэтому-то родители начинают тратить слишком много напрасных сил, чтобы перевоспитать малыша, но так и не добиваются положительного результата.

Тип высшей нервной деятельности очень устойчив. Невозможно переделать от природы живого и очень подвижного ребенка в медлительного или наоборот.

Главное, что от вас требуется, – принять своего ребенка таким, какой он есть. Тогда он, зная, что его любят и принимают, вырастет более уверенным в себе.

И никогда не опускайте руки! В процессе воспитания в ваших силах поддерживать положительные качества и перестраивать нежелательные. Нет хороших и плохих темпераментов. Если действовать правильно, то можно сбалансировать те или иные черты темперамента – выровнять чрезмерные и развить недостающие. Ваша задача – найти к своему малышу правильный подход, наблюдая за ним и изучая его особенности.

Разумеется, детям и родителям разных темпераментов нелегко понять друг друга, но есть плюс: они могут многому научиться. Мама-холерик волей-неволей развивает у своего ребенка как раз те качества, которых ему не хватает: умение быстро принимать решения, эмоциональность и др.

Совсем не обязательно, что сильный характер будет принадлежать ребенку с сильной нервной системой. Все зависит от условий воспитания: при неправильном подходе хорошее может обернуться плохим, а при умелом воздействии влияние нежелательных черт может быть сглажено.

Если же вы будете игнорировать типологические особенности нервной системы ребенка, то у него будут в первую очередь складываться те черты, формированию которых благоприятствует его тип нервной системы.

Так, если не работать над «совершенствованием» сангвиника, то он будет несобранным, его интересы будут быстро угасать, он будет отвлекаться и поверхностно воспринимать вещи.

Если неправильно воспитывать холерика, то у него будет развиваться повышенная возбудимость, несдержанность, импульсивность. Необходимо учить его правилам вежливости и сдержанности, умению считаться с окружающими.

Флегматик без воспитания активности, самостоятельности становится вялым и апатичным.

А типичный меланхолик, которого научили постоять за себя, достигать поставленных целей, не будет нуждаться в постоянном утешении.

Поэтому у вас нет повода для расстройства. С любым ребенком можно поладить. Нужно только знать, как!

Какой темперамент у вашего ребенка?

Чтобы определить темпераменту своего ребенка, понаблюдайте за ним. Как он реагирует на свет, звуки, ваши прикосновения, какое у него чаще всего бывает настроение, как он ведет себя дома, в детском саду, в поликлинике, в гостях, на улице, насколько он активен, как быстро он приспосабливается, легко ли он расстраивается и успокаивается...

Вот признаки, которые характерны для детей разных темпераментов.

Сангвиник

Жизнерадостный, активный, шустрый, непоседливый, подвижный, ловкий, общительный, эмоциональный, впечатлительный, изобретательный, выдумщик и фантазер.

У него живая мимика, поэтому по его лицу можно понять, что он чувствует в данный момент.

Быстро движется и говорит.

Он может рассмеяться или сильно огорчиться из-за какого-нибудь пустяка. На его глазах быстро появляются слезы и мгновенно высыхают, так как он способен найти себе новое интересное занятие.

Любит прыгать, ползать и бегать.

Любит подвижные игры.

Быстро и легко находит общий язык с детьми, включается в игру. Но его привязанности непостоянны.

С ним приятно общаться. В компании детей он – лидер. Быстро привыкает к детскому саду и к новым требованиям.

Часто не доводит дело до конца, ему не хватает сосредоточенности и дисциплинированности.

Холерик

Энергичный, активный, слишком подвижный, непоседливый, шаловливый, непослушный, драчливый, эмоциональный, смелый, напористый, настойчивый, упорный, несдержанный, нетерпеливый, импульсивный, слишком самостоятельный.

Его движения резки.

Решение принимает самостоятельно, не прислушиваясь к мнению других.

Спит мало, рано просыпается и быстро встает.

Любит приключения и риск.

Любит играть в стремительные игры.

Может вспылить и тогда становится агрессивным, раздражительным и не может себя контролировать.

Часто конфликтует со сверстниками.

Ест быстро, с аппетитом, но любит и перехватить на ходу, не дожидаясь обеда или ужина.

Его стремления и интересы устойчивы.

Меланхолик

Тихий, медлительный, неактивный, неуклюжий, сдержанный, неэмоциональный, ранимый, замкнутый, отчужденный, тревожный, неуверенный в себе, грустный, рассудительный, добрый, мягкий, открытый, доверчивый.

Говорит тихо.

Он боится новой обстановки и незнакомых людей.

Засыпает долго, любит тихонько полежать в кроватке, помечтать. Трудно просыпается утром, долго не может подняться с кровати.

Любит сидеть в одиночестве и размышлять.

Слишком быстро устает.

Если малыш расстроится, он будет горько и очень долго плакать, а потом еще долго будет вспоминать обиду.

С трудом вступает в контакт с детьми, сторонится их, так как ощущает свою неуклюжесть.

Он не стремится участвовать в шумных играх, концертах.

Ему легче выполнять что-то привычное, чем пробовать новое.

Ему бывает хорошо только с теми, кого они любят и с кем чувствуют себя уютно и надежно.

Флегматик

Медлительный, малоподвижный, молчаливый, спокойный, неактивный, неторопливый, уравновешенный, терпимый, невозмутимый, старательный, аккуратный, пунктуальный, способный к длительному сосредоточению.

У него бедная мимика, замедленные движения.

Разговаривает он медленно, с паузами.

Любит поспать, легко засыпает, встает поздно.

Ему трудно проявлять свои чувства. Он может оставаться невозмутимым, когда все вокруг него смеются.

Ребенок остается спокойным даже во время ссор.

Ему с трудом удастся переключать внимание.

Медленно привыкает к детскому саду.

Трудно сходится с детьми, они считают его скучным и не приглашают принять участие в подвижных играх. Зато ему достаются второстепенные роли в таких ролевых играх, как дочка-матери, магазин, больница.

У него прекрасный аппетит.

Любит спокойные игры и терпеть не может те, где нужно проявлять ловкость.

Во всем любит порядок. Аккуратно складывает одежду и игрушки.

Может отстаивать свои права.

Определить, какой темперамент у вашего ребенка, вам поможет тест

1. Как ведет себя ребенок в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

- а) Легко включается в работу.
- б) Активно действует.
- в) Действует спокойно, без лишних слов.
- г) Действует робко и неуверенно.

2. Как реагирует ребенок на замечания воспитателя?

- а) Говорит, что больше так делать не будет, но спустя какое-то время делает то же самое.

б) Не слушает и поступает по-своему, бурно реагирует на замечания.

в) Выслушивает молча.

г) Молчит, обижен, переживает.

3. Как разговаривает ребенок с другими детьми в значимых для него ситуациях?

а) Быстро, с жаром, но прислушивается к высказываниям других.

б) Быстро, со страстью, других не слушает.

в) Медленно, спокойно, но уверенно.

г) С большой неуверенностью.

4. Как ведет себя в непривычной обстановке (в кабинете врача, в детском саду и др.)?

а) Легко ориентируется, проявляет активность.

б) Активен, проявляет повышенную возбудимость.

в) Спокойно рассматривает окружающее.

г) Робок, растерян.

Если преобладают ответы «а», то ваш ребенок – сангвиник; если «б» – холерик; если «в» – флегматик; если «г» – меланхолик.

Как правильно общаться с сангвиником?

Самые частые ошибки

Позволять время от времени ребенку нарушать правила порядка (например, раскидывать вещи, не складывать в коробку игрушки после игры) – ошибка. Так вы разрушите полезные привычки у малыша.



Не стоит «запирать ребенка в четырех стенах» и ограничивать общение со сверстниками.

Ему необходимы новые впечатления, знакомства и новые места.

Не стоит вынуждать ребенка долго заниматься скучным однообразным делом. Если сангвинику скучно, он становится вялым и не в состоянии сконцентрироваться на том, что он делает. Лучше превратите «дело» в увлекательную игру.

Советы родителям

Воспитывайте в ребенке аккуратность и собранность, показывая ему собственный пример. Занимайтесь вместе с ребенком и почаще хвалите его за качественно выполненную работу. А если что-то сделано не так, просите его переделать.

Ребенок нуждается в доброжелательном контроле, напоминаниях и подсказках.

Научите ребенка выполнять сначала одно дело, а потом другое и доводить каждое из них до конца (если устал, отдохни, а потом продолжи).

Важно воспитывать у малыша устойчивые привязанности и интересы! С малых лет учите ребенка внимательно относиться к ровесникам, радоваться появлению знакомого ребенка, играть с ним, разговаривать, дружить. Новые знакомства сангвиника не должны вытеснять его прежние привязанности.

Какие игры и занятия полезны сангвиникам

Не стоит требовать от ребенка, чтобы он долго и спокойно сидел на одном месте. Лучше чередовать спокойные занятия и игры: занятия с катанием на велосипеде, бегом, прыжками, бросанием и ловлей мячей.

Эти занятия помогут ребенку научиться удерживать внимание: совместное с родителями сочинение забавных историй, чтение детских книжек и сказок, просмотр мультфильмов, сборка конструктора, игра в домашний театр, рисование.

Как правильно общаться с холериком?

Самые частые ошибки

Не старайтесь сделать из ребенка тихоню и изо всех сил сдерживать его подвижность. Не запрещайте ребенку быть активным, не упрекайте его за непоседливость и не уговаривайте его посидеть тихо. Лучше предоставьте ему возможность проявлять свою активность.

Случается, что малыша трудно успокоить или уложить спать. В таких случаях недопустимы угрозы, крики и шлепки. Так вы только усилите возбуждение ребенка.



Ошибка— постоянно наказывать ребенка за «нечаянные» проступки. Если так поступать, то у ребенка может возникнуть «агрессивно-защитный» тип поведения. Это значит, что ребенок всегда будет готов дать отпор и защитить себя: конфликтовать с родителями и воспитателями, обижать тех, кто слабее его, сознательно портить вещи.

Еще одна ошибка – разрешать ребенку поступать плохо (когда его проступки приносят вред обществу), таким образом добиваясь, чтобы ребенок успокоился.

Советы родителям

Старайтесь ограждать ребенка от всего, что может возбудить его нервную систему, особенно незадолго до сна (шумные игры, просмотр телепередач, игры на компьютере и т. д.). Говорите с ребенком спокойным голосом, избегайте крика. Не стоит ругать малыша за сильное возбуждение (у него от природы слабый тормозной процесс). Лучше помогите ему справиться с этим, предложив заняться спокойным и интересным делом. Кстати, юмор и шутки не повредят.

Малышу полезны занятия, направленные на развитие сообразительности и сосредоточенности.

При общении с другими детьми ребенку-холерику трудно говорить спокойно, не глотая слов, считаться с мнением товарищей и уступать. Поэтому объясните ему, как можно договариваться со сверстниками и выслушивать их.

Будьте терпеливы с малышом. Постоянно подсказывайте ему, одобряйте, напоминайте. Научите ребенка проигрывать в соревнованиях или играх. Поразмышляйте вместе, почему малыш проиграл.

Малышу необходимо пространство, ему нужно много гулять и двигаться. Ходите вместе с ним в парк, в лес, на озеро...

Какие игры и занятия полезны холерикам

Ребенку нужны состязательные, подвижные игры. Ему также подойдут плавание, прыжки на батуте, ритмичные танцы, катание на велосипеде, роликовых коньках, метание в цель, перебрасывание и катание мяча друг другу, лазание по канату, шведской стенке, пролезание сквозь обруч.

Для развития усидчивости и терпения малышу будут полезны спокойные настольные игры – лото, оригами, конструирование, выпиливание, вышивание, рисование, лепка.

Как правильно общаться с меланхоликом?

Самые частые ошибки

Не стоит подшучивать над ребенком и подчеркивать его недостатки, иначе он станет еще более неуверенным в себе и замкнется. Малыш становится более уверенным, когда достигает успеха (например, один вошел в темную комнату– получил в подарок долгожданную игрушку).



Если ребенка слишком часто наказывать, особенно за неудачи и случайные проступки, у него может развиться «пассивно-защитный» тип поведения. В таком случае малыш станет трусливым и робким, станет бояться не только строгих родителей, но и своих сверстников и их насмешек и избегать участия в играх.

Но в то же время родители ошибаются и тогда, когда ничего не требуют от малыша и во всем ему уступают, не дают ребенку самому справляться с трудностями.

В таком случае может вырасти «инфантилизированный тип». Это значит, что он будет вести себя как ребенок.

Если родители чересчур опекают ребенка-меланхолика и не дают ему проявлять самостоятельность, то он становится мнительным и слезливым.

Советы родителям

Нельзя быть с ребенком слишком строгим, повышать на него голос, требовать и наказывать. Иначе малыш будет долго и безутешно плакать, сильно переживать и замкнется в себе. При общении с ребенком ваш голос должен быть мягким, но в то же время уверенным. Почаще хвалите ребенка и не жалейте для него ласки.

Развивайте стремление малыша к активности, умение преодолевать трудности. Поощряйте ребенка преодолевать его застенчивость, неуверенность в себе, тревожность: первый заговорил с товарищем, купил что-то в магазине – молодец! Не стремитесь все решать и делать за ребенка.

Постепенно расширяйте круг знакомств ребенка. Сначала пусть малыш научится играть вдвоем, а потом можете пригласить для игры других детей.

Имейте в виду, что ребенок не переносит резких звуков и шума! Поэтому постепенно приучайте его не бояться и спокойно на них реагировать.

Какие игры и занятия полезны меланхоликам

Лучше не принуждать ребенка участвовать в играх-соревнованиях, играх на скорость, ловкость и быстроту. Ему подойдут несостязательные игры и активные виды спорта. Начать можно с освоения трехколесного велосипеда, мяча или скакалки.

Еще подойдут игры, которые помогут ребенку раскрепоститься. Поиграйте с малышом, например, в игру «Что это за животное?». Сначала вы изображаете походку и повадки животных, а малыш угадывает, кто это: кошка, собака, тигр, заяц или лиса. А потом вы меняетесь местами.

Хорошо заниматься с ребенком рисованием, лепкой, конструированием.

Как правильно общаться с флегматиком?

Самые частые ошибки

Не выражайте недовольство медлительностью и неловкостью малыша.



Угрозы, крики, упреки не превратят ребенка в «шустрика». Вы надеетесь таким образом заставить ребенка действовать быстрее, но вместо этого он может растеряться и встать как вкопанный. В силу темперамента он физически не может действовать быстрее, так что вы требуете от него невозможного.

Советы родителям

Постарайтесь быть терпеливыми. Если ребенок приступил к делу, не оставляйте его одного, побудьте рядом, иначе период раскачки и начала дела может растянуться. Флегматику трудно приступить к делу и трудно его закончить. Заранее предупредите, когда будет пора заканчивать, но никогда не прерывайте его резко.

Когда ребенок выполняет какое-то задание, заведите будильник на определенное время. Так малыш будет учиться следить за скоростью выполнения дела и заканчивать его до звонка. Постепенно развивайте активность и подвижность ребенка. При этом учитывайте его возможности.

Хвалите ребенка когда он сделал что-то быстрее, чем обычно.

Пораньше укладывайте ребенка спать, настойчиво будите его утром и не разрешайте ему слишком долго спать днем.

Не оставляйте ребенка надолго в одиночестве, тормошите его, интересуйте чем-нибудь заняться.

Приглашайте в дом друзей малыша для совместных игр. Хорошо бы вашему ребенку подружиться с подвижным малышом. Тогда флегматик превратится в аккуратного и старательного исполнителя. Объясните ребенку, что если он будет чересчур медлительным, то подведет своих друзей.

Полезно давать ребенку поручения, например: позвонить по телефону, купить что-нибудь в магазине (конечно, в вашем присутствии).

Какие игры и занятия полезны флегматикам

Поощряйте ребенка к занятиям гимнастикой, плаванием, играйте с ним в подвижные игры, зовите в походы. Играйте с ребенком и его друзьями (при этом главную роль отдайте своему медлительному ребенку).

Например, в игру «Иголка и нитка» можно играть под музыку. Выберите водящего – он будет иголкой. «Иголка» начинает бегать под музыку и «шить». Остальные дети – «нитка»: они бегут за иголкой и друг за другом. В такой игре флегматик учится общаться со сверстниками.

Занимайтесь с ребенком музыкой, вышиванием, лепкой и рисованием.



Язык детских рисунков

Разрешите своему ребенку рисовать все, что ему захочется.

Посмотрев на рисунки своего маленького художника, вы сможете о нем многое узнать – о том, что его интересует, что радует, а что огорчает, что его беспокоит. По мнению психологов, в своих рисунках ребенок бессознательно выражает свой внутренний мир.

Почему почти все девочки рисуют принцесс? Наверное оттого, что они так себя ощущают или очень хотят быть принцессами. А если мальчик нарисовал себя вооруженным – и пистолет у него, и пушка, – возможно, его кто-нибудь обижает и ему необходима защита...

Обратите внимание на то, как ребенок нарисовал разные части тела. Например, голову человека или животного маленький ребенок считает важной частью тела, так как чувствует, что ум связан с головой. Если он изображает голову на рисунках маленькой, то так ребенок «говорит» о том, что он переживает свою незначительность, если изображение нечеткое – значит, он робкий, застенчивый. «Пустые» глаза на рисунках отображают чувство страха, большие – тревогу, просят о помощи, глаза-точечки говорят о том, что ребенок запретил себе просить о чем-то и плакать; изображение зубов – вербальную (словесную) агрессию; отсутствие рта – негативизм, снижение настроения, замкнутость; слишком большие уши – подозрительность.

Забавно, но моя жизнерадостная дочка, обожающая рисовать и производящая несметное количество рисунков, совсем не рисовала уши принцессам, людям и русалочкам. На вопрос «Почему?» смеялась и отвечала, что «уши портят фигуру».

Если на лице нет рта, носа и ушей, то ребенок не хочет общаться. Как только малыш начинает контролировать свои эмоции, на его рисунках появляется шея. Причем чем сложнее ему это делать, тем длиннее шея. Руки для малыша очень важны, ведь через прикосновения он познает мир. Поэтому не стоит пугаться, если ваш ребенок нарисовал человечка с очень длинными руками. Кстати, пальцев у него может быть больше, чем должно быть. Так юный художник выражает могущество своего героя. Если пальцев больше на левой руке, то это означает, что ребенок чувствует себя более уверенно дома, если на правой – в детском саду или в компании сверстников.

Ноги помогают человеку стоять на земле. Поэтому слишком длинные ноги говорят о стремлении ребенка к независимости, самостоятельности, короткие – о том, что ребенок ощущает себя беспомощным.

Важно и то, какие цвета выбирает ребенок. Если ребенок находится в благополучном эмоциональном состоянии, то он использует яркие разнообразные цвета, в основном теплых оттенков – желтый, красный, оранжевый.

Если ребенок предпочитает желтый и фиолетовый цвета, то он оптимист и фантазер. Преобладание в его рисунке красного цвета говорит о том, что он быстро возбуждается; синего – о том, что ребенок, возможно по кому-то или чему-то скучает; зеленого – что он ищет покоя; коричневого – что ему не очень комфортно.

Если в рисунке ребенка преобладают холодные тона – синий, голубой и к ним присоединяется черный или коричневый, то это говорит о том, что у ребенка не очень хорошее настроение. Серый цвет (цвет безразличия) дети используют редко. Если ребенок рисует простым карандашом, то это значит, что он испытывает недостаток в положительных эмоциях.

Если ребенок использует только темные тона – сочетание черного с коричневым, синий или фиолетовый – то это сигнал о более серьезном

психологическом неблагополучии. Черный «говорит» о протесте против отрицательных эмоций.

И тогда ребенку, возможно, понадобится помощь психолога и психоневролога.

Язык детских снов

Сны видят все: и взрослые, и самые маленькие. Сновидения помогают нам «разрядиться», сбросить напряжение, которое накопилось за день.



Ночью куда-то улетучивается все то, что нас подавляет, принуждает к чему-то неприятному или ставит запреты, которые нам нелегко принять. Также сон выводит «на поверхность» сознания некоторые тревоги, смутные страхи и позволяет заняться поиском решения важных проблем.

Детский сон может рассказать о том, что происходит с эмоциями вашего малыша.

Так что не стесняйтесь спрашивать своего только что проснувшегося кроху, хорошие ли он видел сны. Поговорить о своих фантастических приключениях интересно всем, а детям, кроме того, такой разговор еще и помогает расти. Когда мы говорим с ребенком о его снах, мы можем помочь ему найти ответы на вопросы, которые не дают ему покоя.

Фрейд доказал, что любой сон всегда выражает некое скрытое, бессознательное желание. Иногда его предмет лежит на поверхности: например, маленькому сладкоежке может присниться, что он спрятался в кондитерской и вволю поедает свои любимые пирожные. Но в большинстве случаев вам придется проводить «частное расследование», чтобы расшифровать те сигналы, которые посылает вам подсознание ребенка.

Сон часто выражает наши истинные желания, но иногда показывает нам и прямо противоположные образы.

Каждый сон индивидуален, поэтому не старайтесь трактовать его по какому-либо соннику. Только сам спящий, проснувшись, может открыть его настоящий смысл, потому что сновидение является частью переживаемой только им истории.

Ночные кошмары

Почему дети видят «ужастики»

Малыши чаще, чем взрослые, видят страшные сны. Это происходит тогда, когда им приходится адаптироваться к новым условиям, преодолевать серьезное испытание или переживать какой-либо страх. Это может быть болезненное расставание с мамой, когда приходит время идти в детский сад, рождение младшего братика или сестрички...



К 3–4 годам эдипов комплекс – интерес к родителю противоположного пола – и неизбежно сопровождающее его чувство вины перед «родителем-соперником» также нередко выражается массовым наплывом ночных кошмаров.

Причинами возникновения кошмаров могут быть интенсивная эмоциональная и интеллектуальная нагрузка, отрицательные впечатления (например, папа, который часто бьет малыша ремнем), неблагоприятная обстановка в семье...

О чем говорят ночные кошмары

Наверное, у каждого ребенка бывают кошмарные сновидения под впечатлением страшного фильма или сказки... Мы и сами порой просыпаемся от того, что приснилось что-то ужасное, но обычно не задумываемся о причинах такого сна.

К сожалению, эти причины не лежат на поверхности. И если ваш ребенок спит беспокойно в течение долгого времени – стоит задуматься, что с ним происходит и как ему помочь?

Страшные сны – сигнал о том, что в окружающей ребенка реальности что-то неблагоприятно.

Если ваш малыш часто просыпается от ночных кошмаров, обязательно расспросите его о том, что именно ему снилось.

Если во сне малыш часто видит ведьм, колдунов и прочих страшилищ, которые преследуют его и нападают на него, то это может говорить о том, что вашему ребенку не хватает родительской ласки и он не чувствует себя защищенным.

Если ночной кошмар вашего сынишки или дочки – чудовища, которые хватают и куда-то несут в своих когтях, то задумайтесь, не слишком ли часто вы несправедливо ругаете и критикуете кроху? А может быть, вы позволяете себе срывать на малыше свое плохое настроение? Имейте в виду, что дети, к которым так относятся, растут беззащитными и не умеют за себя постоять.

Если в своих снах малыш все время теряется в толпе и родители его не находят, знайте: ребенку катастрофически не хватает вашего внимания.

Еще один частый детский ночной кошмар – лес, по которому заблудившийся малыш идет совсем один, зовет на помощь маму и папу, но его никто не слышит. Чаще всего такие сны снятся детям, подвергающимся наказаниям, в том числе и физическим.

Как помочь своему ребенку избежать ночных кошмаров

Чтобы ночью ребенок спал спокойно, без страшных сновидений, он должен знать, что ему ничего не угрожает, что его любят и всегда защитят.

Ему необходимы прогулки на свежем воздухе, правильный режим, питание (нельзя наедаться перед сном). А кроме этого, воспитывайте в своем ребенке уверенность, напоминайте ему, что он сильный и смелый.

Не надо укладывать его слишком рано или слишком поздно. Иначе он перевозбудится и у него нарушится естественный биоритм сна. Время засыпания должно быть всегда одно и то же, но продолжительность самого сна меняется, укорачиваясь с возрастом.

Важно устранить и другие возможные причины расстройства сна у ребенка.

- Перестаньте смотреть в присутствии малыша, особенно вечером, телевизионные фильмы, в которых есть насилие и жестокость.

- На ночь ребенку противопоказаны подвижные игры.

- Ребенок должен спать в полной тишине.

- Будите своего ребенка утром без помощи будильника, ласково дотрагиваясь до малыша, медленно выводите его из сонного состояния.

- Сон ребенка будет спокойнее, если днем вы обеспечите ему посильную физическую нагрузку.

- Можете проиграть сцену ночного кошмара с игрушками. Пусть малыш заново, но уже без страха, переживет ночную ситуацию под защитой мамы или папы. Полезно злодея-обидчика выставить в смешном свете.

- Самое эффективное лекарство от детских ночных страхов – ваши мудрость, доброта, терпение и любовь.

Что означают детские сновидения

Предлагаю вам познакомиться с некоторыми популярными сюжетами сновидений малышей и узнать, как их можно истолковать.

Я потерялась и не могла найти дорогу домой.

Основная тема детских кошмаров – страх оказаться брошенным, потерять родителей и собственный дом.



Маленькому человечку, еще очень хрупкому и зависимому от окружающих, необходимо ощущать надежную защиту со стороны родителей. Только тогда он может спокойно расти. Малыш чувствует себя особенно плохо, если в его жизни происходят тревожные события, например разлука, переезд, из-за которых он может вообразить, что его действительно могут бросить. И этот страх один из самых распространенных: ведь без защиты взрослых малыши просто физически не смогут выжить.

Я была королевой и всем приказывала.

Дети часто считают, что взрослые могут «делать все, что им захочется».



Они ошибочно полагают, что им самим что-то запрещают только потому, что они — дети. Поэтому объясните своему малышу, что даже совсем взрослые не имеют права творить все что угодно и что вам тоже каждый день приходится соблюдать правила поведения.

Меня захотел съесть волк.

Образ волка имеет оральный смысловой подтекст.

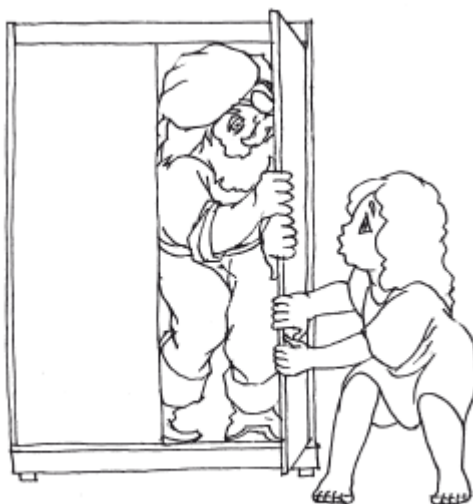


Если родители постоянно говорят малышу: *«Ах, ты мой сладенький, так и хочется тебя съесть»*, то у ребенка и правда складывается впечатление, что родители могут его съесть, ведь сам он, как и должно быть в его возрасте, все пробует на зубок.

Кстати, именно в этот период ребенок испытывает необъяснимое, на первый взгляд, желание кого-нибудь покусать. На самом деле все просто. Маленький приятель малыша такой хороший, что ему хочется как следует насладиться его обществом!

В шкафу спрятался разбойник!

Некоторые родители надеются развеять тревоги своего малыша, распахивая шкафы, раздвигая шторы или шаря под кроватью шваброй, доказывая, что там нет ни серых волков, ни ядовитых змей.



Так поступать не совсем верно. Подобные действия только укрепят уверенность ребенка в том, что опасность существует. Малыш может рассуждать примерно так: *«Я правильно боюсь, ведь раз мы ищем разбойника, то он может оказаться в моей комнате»*. Такие советы, как *«положи пистолет с пистонами на тумбочку, и тогда ты сможешь его прогнать»*, – тоже убеждают малыша в том, что ночью на него могут напасть. В качестве

успокоительного средства в детской комнате можно включить ночник на то время, пока ребенок не заснет.

Прогони ужасное чудовище!

Чтобы помочь ребенку справиться со страшными снами, задайте ему уточняющие вопросы: «Кого или чего именно ты так испугался? Что происходило?»



После этого попросите его представить счастливый вариант концовки его ночного «сценария»: *«Расскажи мне, как бы ты хотел, чтобы тебе приснилось. Что нужно сделать для того, чтобы победить чудовище?»* Ребенок должен самостоятельно найти выход из воображаемой ситуации: оглушить чудовище, проткнуть его саблей, превратить в муху одним взмахом волшебной палочки или улететь от него на ковре-самолете...

Цель этой игры – научить малыша самостоятельно обретать уверенность в своих силах.

Еще можно попросить его нарисовать свой страшный сон, «выложить» кошмар на лист бумаги. На рисунке малыш яснее, чем в мыслях, видит и понимает разницу между воображаемым и реальным.

Я видела Бабу-ягу, она существует на самом деле!

Ваш малыш находится сейчас на той стадии психологического развития, когда его мысли обладают магической силой.



Он уверен, что стоит ему всего лишь сильно захотеть, чтобы что-нибудь появилось, и это может произойти.

Он не сомневается в том, что злая ведьма существует. Ведь она приснилась ему в его собственной комнате!

Помогите ребенку провести грань между действительностью и воображением. Объясните ему, что это – сон и наяву этого точно не бывает. Чтобы убедить малыша в этом, докажите ему, что недостаточно очень сильно подумать о ком-нибудь, чтобы его тут же создать. Предложите крохе закрыть глазки и представить себе пони, на котором он катался в зоопарке: «Ты ведь ясно видишь пони, правда? А теперь открой глазки. Видишь, ее здесь нет, это была только картинка.

Точно так же и со снами».

Мне снилось, что я огромная великаниша – а вы все были маленькие, как муравьи.
К 2–3 годам дети нередко видят сны о собственном всемогуществе. Если малышу снится, что он великан, то это значит, что у него есть желание стать таким же большим и сильным, как и его родители.



Малышу очень неприятно слышать, что он еще слишком маленький для того, чтобы делать что-то такое, чего ему хочется. Ведь он чувствует себя все более и более независимым и страстно хочет поскорее подрасти и освободиться от родительской опеки.

Если у ребенка появились такие сны, то это значит, что вам пора доверять своему ребенку посильные для него поручения, поощрять его инициативу и подпитывать его чувство ответственности.

Почему ребенок ведет себя «плохо»

В любой конфликтной ситуации, которая наносит психическую травму, можно увидеть определенную модель защиты от негативного воздействия неблагоприятных жизненных событий.



Зрелая личность прежде всего пытается справиться с конфликтом с помощью обсуждения, правильного справедливого решения и его выполнения обеими сторонами. Маленькие дети, к сожалению, не могут правильно объяснить и защитить свою позицию, к тому же у ребенка нет средств заставить взрослого соблюдать его интересы. Этот уровень защиты проявляется в поведении, и чаще всего с точки зрения родителей плохо.

На самом деле любое «плохое» поведение ребенка является информацией для родителей, так как таким образом он хочет им что-то сказать. Вам необходимо научиться понимать, какие свои нужды и потребности ваш ребенок маскирует своим «плохим» поведением.

Если ребенок обижен, несправедливо наказан – он отказывается от еды, не чувствует себя любимым – «липнет» к матери. Перегруженный занятиями, развивающими интеллект, ребенок проказничает, делает все наоборот, гримасничает, обманывает, капризничает, становится агрессивным, дразнит других детей, бьет их, дразнит, жалуется на них.

Таким «плохим» поведением ребенок неосознанно защищает организм от переутомления, опасности заболеть.

Помимо поведения начинают действовать такие психологические защитные механизмы, как защита на уровне информации, фантазирование, умирание «понарошку». За всем этим стоит попытка решить конфликт или защититься от него.

Кроме психологических защитных механизмов к отрицательным переживаниям и эмоциям всегда присоединяются соматические проявления.

В раннем детстве гнев, страх, обида, злость, беспокойство, возбуждение могут привести к соматическим изменениям – потливости, колебаниям температуры, нарушениям кожной чувствительности, появлениям одышки или сердцебиения, спазмам гладкой мускулатуры, которые сопровождаются болями различного характера, газами, запорами, поносом и рвотой.

Маленькие дети пока еще не умеют выражать свои отрицательные чувства и переживания в словах и адекватных поступках, поэтому они могут проявляться в различных расстройствах: аллергических высыпаниях, повышении температуры, приступах бронхоспазма и сердцебиении, головных и суставных болях, колебаниях артериального давления. Ребенок может начать кусать ногти, сосать палец, щипать брови или волосы, раскачиваться, биться головой.

Взаимосвязь эмоций с работой внутренних органов заметили давно. В древних китайских трактатах говорится о том, что гнев ранит печень; страх ранит почки; печаль, уныние, скорбь приводят к истощению жизненной энергии и болезни легких; беспокойство совершенно опустошает организм, кровь лишается жизненной силы и делает беззащитным весь организм.

Зная это, думаю, вы будете стараться беречь своего ребенка и понимать его.

Давайте будем правильно разговаривать с ребенком

Волшебная сила слов

Слова обладают огромной властью. Они могут причинить более сильные страдания, чем от физической боли, и осчастливить так, как никакие богатства в мире. Человек на 80–90 % состоит из воды, а она способна воспринимать и хранить энергетическую информацию. Энергия любого произнесенного слова сохраняется в этой водной составляющей в течение двух лет. Поэтому нужно очень ответственно относиться к своим словам, мыслям и мечтам.

Младенец поначалу не понимает значения слов, и ему важна интонация, с которой они произносятся. Малыш радуется маминой улыбке и ее ласковому тону при общении с ним. Даже если в это время мама называет его *«горе ты мое луковое»*.

Но очень-очень скоро он начинает понимать, что означают слова. И тогда становится важным то, что ему говорят.

Поэтому задумайтесь над тем, что и как вы говорите своему ребенку и как он воспринимает ваши слова.

Частенько мы вкладываем в нашу речь один смысл, а ребенок понимает наши слова совсем по-другому (см. *Смысл скрытых посланий*).

Особенно внимательными нужно быть мамам. Дело в том, что мать и ребенок эмоционально очень тесно связаны друг с другом. Поэтому ее фразы обладают гипнотическим действием, они формируют сознание малыша. Именно мама внушает ему, что он будет успешен в жизни, или воспитывает его слабовольным, неуверенным в себе человеком.

Если она каждый день по несколько раз в день мама произносит, что у него *«ничего не получается, за что бы он ни взялся, он все портит»*, то скорее всего так оно и будет. Мама не понимает, почему это малыш такой неумеха. А он просто-напросто честно выполняет мамино «распоряжение».

И так в ребенка закладывается негативная программа, которую бывает очень трудно изменить, когда он вырастает. И ему придется как следует поработать над собой, чтобы изменить эти вредные убеждения, чтобы стать другим – уверенным и счастливым человеком.

Ребенок становится таким, каким вы себе его представляете – и говорите ему об этом. Если родители верят, что ребенок может стать лучше, то это произойдет. Говорите малышу, что он талантливый, и очень скоро он начнет проявлять этот талант.

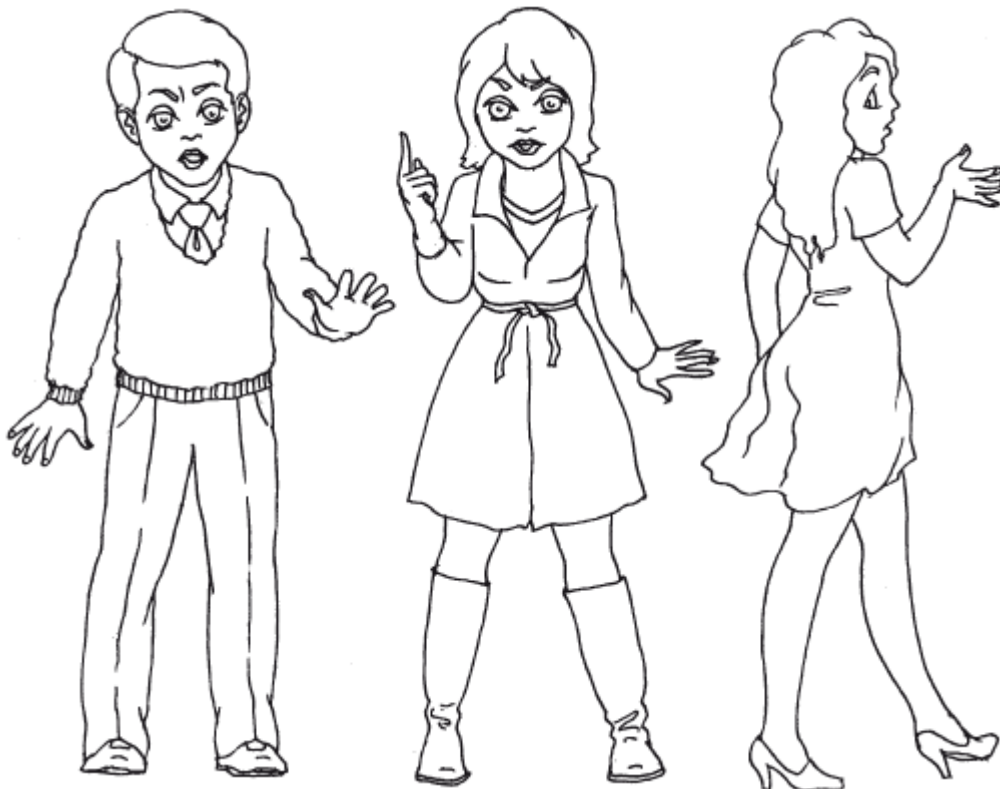
Многие родители разговаривают со своим ребенком так, будто он совсем глупенький и ничего не понимает, – и в конце концов ребенок действительно вырастает неспособным и глупым.

Поэтому программируйте и ребенка, и себя только на позитив. Тогда у вас вырастет самодостаточный, уверенный и довольный своей жизнью человек, а не неудачник, который вечно ноет и жалуется на жизнь.

Смысл скрытых посланий

Посмотрите на табличку. Узнаете свои слова?

В этих ваших привычных фразах, которые вы повторяете день за днем, общаясь со своим ребенком, содержится особенная информация, скрытые послания. Но именно благодаря им у ребенка формируется представление о самом себе, о других людях и окружающем его мире.



Прочувствуйте то, что чувствует ваш ребенок, когда он их слышит. Вряд ли это приятно, так ведь? Со временем такие советы и предостережения могут поселить в душе ребенка чувство тревоги или вины.

Поэтому давайте и мыслить, и говорить позитивно и приучать к этому своих детей.

Взгляните на третью колонку. Вот они, правильные слова! Вы часто или всегда их используете при общении со своим малышом? Тогда все замечательно, так держать! Если же нет, тогда тренируйтесь. Только тогда ваш малыш вырастет уверенным в себе, раскованным, сочувствующим и счастливым человеком.

Помните о том, что своими высказываниями вы формируете самооценку и стиль поведения вашего ребенка. А от этого зависит, насколько успешным он будет в жизни.

Взрослый говорит

Предупреждения об опасности:

«Осторожно – упадешь!»

«Не трогай собаку – укусит!»

Ребенок слышит *«Мир ужасен и опасен, лучше вообще ничего не делать».*

Скажите так...

«Позаботься о себе, береги себя. Будь внимательным».

Взрослый говорит

Приказы:

«Давай быстрее!», «Шевелись!»

«Замолчи!» «Стой!» «Отвечай!»

Ребенок слышит

«Ты не важен. Мои интересы важнее твоих. Тебе придется пожертвовать своими желаниями ради моих».

Скажите так...

«У меня есть 15 минут. Сколько нужно времени тебе, чтобы собраться?» (Попробуйте договориться с ребенком.)

Взрослый говорит

«Ну сколько раз тебе нужно повторять (объяснять)?!»

«Никогда не можешь ничего запомнить!»

Ребенок слышит «Ты глупый, ты неудачник».

Скажите так...

«Попробуй еще. У тебя обязательно все получится. Если хочешь, я могу тебе помочь».

«Я тебе доверяю. Ты сам несешь ответственность за свои поступки. Ничего страшного. Все мы можем ошибаться. Зато на ошибках мы учимся».

Взрослый говорит

«Мальчики не должны бояться (плакать)».

«Девочка должна быть послушной».

Ребенок слышит «Мужчина не имеет права на чувства».

«Женщина всегда остается жертвой».

Скажите так...

«Ты расстроился. (Ты рассердилась). Я тебя понимаю. Ты имеешь право переживать».

Взрослый говорит

«Как же тебе не стыдно?!»

Ребенок слышит «Ты плохой».

Скажите так...

«Все мы ошибаемся. На ошибках учатся».

Взрослый говорит

«Посмотри, как хорошо он (она) делает, а ты все делаешь плохо».

Ребенок слышит «Ты хуже других».

Скажите так...

«Я люблю тебя таким (такой), какой (какая) ты есть».

Взрослый говорит

Фразы, вызванные беспокойством родителей: «Не разговаривай на морозе, а то простудишься».

«Не шуми!»

«Не иди, упадешь!»

Ребенок слышит «Разговаривай на морозе, простудишься».

«Шуми!»

«Иди, упавешь!»

Так происходит потому, что наше подсознание воспринимает только утвердительные высказывания, частицу «не» оно просто не слышит.

Скажите так...

«Помолчи, пожалуйста, пока мы гуляем на улице».

«Играй потише!»

«Шагай осторожно!»

Взрослый говорит

Запреты:

Мама говорит в тот момент, когда ребенок собрался съесть конфеты перед обедом:

«Нельзя есть конфеты».

Ребенок слышит *«Никогда нельзя есть конфеты».*

Скажите так...

«Конфеты нельзя есть перед обедом, а после обеда – можно».

Взрослый говорит

«Не обращай на это внимания, подумаешь!»

Ребенок слышит *«Ты и твои проблемы не важны».*

Скажите так...

«А давай-ка попробуем посмотреть на эту ситуацию с разных сторон и найдем правильное решение (придумаем, что мы можем сделать)».

Взрослый говорит

«Ты для меня всегда останешься маленьким сыночком (доченькой)».

Ребенок слышит *«Не взрослей! Оставайся маленьким».*

Скажите так...

«Мне нравится наблюдать за тем, как ты растешь и познаешь мир».

Взрослый говорит

«Не плачь!» «Не реви!»

«Не хнычь!» «Не хохочи».

Ребенок слышит *«Не выражай своих эмоций!»*

Скажите так...

«Я понимаю, что ты чувствуешь».

Взрослый говорит

«Не делай этого, лучше я сама».

Ребенок слышит *«Я в тебя не верю!»*

Скажите так...

«Я тебе доверяю, я знаю, что ты можешь справиться с этим сам!»

Взрослый говорит

«Мне некогда!» «Не трогай меня!» «Отстань!»

Ребенок слышит *«Уйди, я тебя не люблю».*

Скажите так...

«Я тебя люблю. Но мне нужно сейчас работать. Давай я сделаю перерыв через 15 минут, и мы с тобой поговорим, хорошо?» (На минутку усадите ребенка рядом с собой или к себе на колени и обнимите.)

Вы, наверное, заметили, что при общении с ребенком нужно обходиться без частицы «не».

А слово «давай» – волшебное, если вы хотите, чтобы ваш ребенок с вами сотрудничал. А все потому, что у детей до девяти лет еще очень слабо развито чувство собственного «я». Если ваша просьба становится частью приглашения к совместной деятельности, ребенок охотнее пойдет на сотрудничество с вами.

Чудесные преобразования

Вы, как настоящие волшебницы и волшебники, способны творить чудеса. Вы можете любое негативное замечание, направленное на своего ребенка, изменить на позитивное. Если вы таким образом будете направлять малыша, вместо того чтобы сосредоточиваться на проблеме, а потом наказывать его, то вы удивитесь, насколько эффективным будет ваше с ним общение, насколько быстро он сделает то, чего вы от него хотите.

Вот примеры, как это можно сделать:

Негативное замечание	Позитивное замечание
Ты меня не слушаешь.	Пожалуйста, слушай меня внимательно.
Посмотри, как ты одета.	Вот этот свитер очень хорошо смотрится с твоими новыми джинсами. Наденешь его?
Так у тебя ничего не получится.	Давай подумаем, как это можно сделать по-другому.
Не бегай!	Пожалуйста, иди помедленнее.
Не ной.	Мне бы хотелось поговорить о чем-нибудь другом.
Не волочи сумку.	Придерживай, пожалуйста, свою сумку, чтобы она не касалась земли.
Не тискай котенка.	Будь поласковее с котенком, пожалуйста.
Не хлопай дверью.	Будь добр, закрывай дверь тихо.
Не рисуй на столе.	Ты можешь пораскрашивать картинки в этой книжке-раскраске.
Не будь дурой.	

С тобой не договоришься.

Ты совершенно не следишь за своими вещами!

Ты просто наказание, а не ребенок!

Не трогай утюг, обожжешься!

Не бери чашку. Разобьешь!

Давай еще раз разберемся в этом повнимательнее.

Пожалуйста, делай то, что я говорю.

Мне не нравится, когда одежда разбросана.

Я жду, что твои вещи будут лежать на своих местах.

Я как раз собираюсь погладить тебе платье. Утюг греется.

Давай вместе проверим, нагрелся ли он.

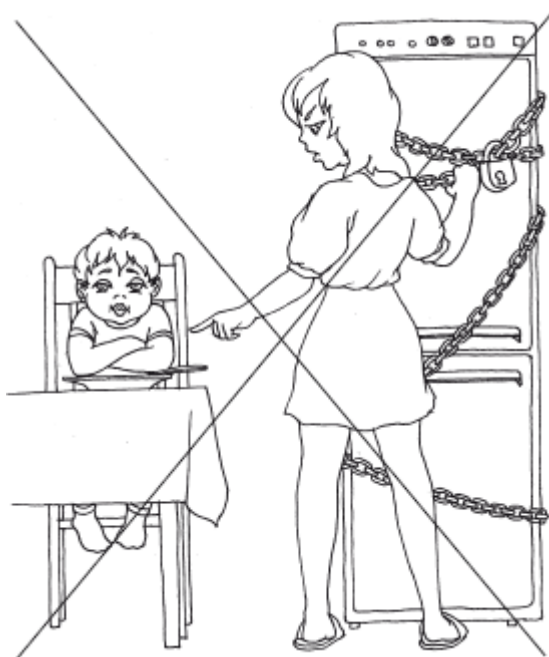
Эта чашка такая хрупкая, если она упадет на пол, то может разбиться.

Чтобы этого не случилось, мы с тобой постараемся держать ее крепко.

Недопустимые (запретные) слова

Дети воспринимают ваши слова буквально. Поэтому так важно контролировать свою речь и избегать запретных слов.

Если вы заметили, что вы довольно часто употребляете какую-нибудь из этих фраз или все их в общении со своим ребенком, советую вам как можно скорее изменить свое поведение.



Когда вы чувствуете, что вот-вот готовы произнести такую фразу, остановитесь, сделайте глубокий вдох, отвлекитесь на что-нибудь. Дайте время себе и ребенку, чтобы успокоиться и прийти в себя. И только после этого постарайтесь вместе с ним обсудить проблему и решить ее.

При этом помните о могущественной силе слов, которая может сделать человека счастливым, а может и сильно ему навредить.

Запретные слова

Пустые угрозы:

«Если ты сейчас же не перестанешь болтать, я тебя вон тому дяде отдам!»

«Если ты не будешь сейчас спать, придет Бабайка и заберет тебя!»

«Если ты не съешь этот суп, то не получишь еды целую неделю!»

«Если ты еще раз так скажешь, язык тебе отрежу»,

«Если ты снова так сделаешь, я тебя убью», «Я отдам тебя волкам» и т.д.

Как эти слова влияют на ребенка

Когда родители произносят такие слова, они, разумеется, не собираются выполнять свои угрозы. Но ребенок-то об этом не знает!

Пустые угрозы наносят вред психике ребенка.

Угроза без физического осуществления все равно наносит энергетический удар и ослабляет ребенка. К тому же кричащий отбирает энергию у того, на кого он кричит. Таким образом, многие взрослые «кормятся» энергией своего ребенка.

Кроме того, помните о том, что слова — мощная сила, которая оказывает огромное влияние на ребенка.

Когда мать угрожает, но не выполняет свои угрозы, ребенок вскоре понимает, что их цель — просто напугать его. В таких случаях он просто не слышит ее. А на принуждение и угрозы он отвечает грубостью и смехом.

Слыша это, он перестает ощущать себя в безопасности, перестает чувствовать, что его любят и дорожат им.

Он может начать меньше доверять вам и другим людям.

Он всю жизнь будет чего-то бояться, и у него может развиться невроз. Ребенок не сможет один выйти на улицу, будет бояться грома, молнии, сильного ветра, ему будут сниться ночные кошмары... И вряд ли в будущем сможет достойно преодолевать трудности.

Отталкивание:

«Ты меня замучила!»

«Отстань от меня!»

«Исчезни, не мешай мне!»

«Уйди, я занята!»

«Отойди!»

«Не трогай меня!»

«К сожалению, у меня для тебя совсем нет времени».

Произнося такие слова, родители отталкивают от себя ребенка, который жаждет их внимания. При этом он начинает думать, что он для родителей находится далеко не на первом месте, и ему от этого становится больно. Разрушается уверенность ребенка в том, что родители его любят и он для них всегда важен.

Эти слова ребенок может понять буквально: я — мешаю родителям, и они мечтают от меня избавиться.

Если ребенок ранимый и чувствительный, то он может замкнуться в себе. А если у него сильный характер, то он будет все время стараться поступать вам назло, лишь бы привлечь к себе ваше внимание.

Поэтому, если вы на самом деле в данный момент не можете уделить малышу внимания, обнимите его, скажите ему, как вы

его любите, и пообещайте ему, что вы поиграете с ним, например, вечером. Обязательно выполните свое обещание!

Если же ребенок постоянно будет слышать от вас, что у вас нет на него времени, то он будет стремиться к общению с другими людьми, которые его понимают, а вы станете для него чужими.

Перекладывание вины за свои ошибки на ребенка:

«У меня голова от тебя раскаляется».

«Сил моих больше нет, ты меня в могилу загонишь», «Смотри, сколько у меня на голове седых волос. Это все из-за тебя», «Если бы я не родила тебя, я бы закончила институт и стала бы адвокатом».

Произнося такие слова, родители взваливают на своих детей непосильный для них груз вины и ответственности. Ребенок будет все время чувствовать себя виноватым.

Сарказм:

«Ну ты молодец (умница)! Это была отличная мысль — разрисовать обои!»

Ребенок пока не может понять тот сарказм, с которым вы произносите эти слова.

Он понимает вас в прямом смысле.

Поэтому не удивляйтесь, если в другой раз он украсит таким же образом стены в другой комнате и коридоре. Ведь ему наверняка захочется еще раз услышать о том, какой он молодец.

Навешивание ярлыков:

«Глупенький», «дурачок ты мой»,
«неуклюжий мишка-косолапый»,
«капризуля», «неумеха», «Маша-
растеряша», «ленивый»

Такие слова-ярлыки влияют на формирование характера ребенка.

Если вы будете произносить их часто, то ребенок в конце концов станет таким, как вы его называете. И даже сказанные в уменьшительно-ласкательной форме, они все равно наносят вред.

Игнорирование чувств ребенка:
«Не плачь!»

Когда вы часто повторяете эту фразу, то ребенок воспринимает ее так, что его чувства и события, из-за которых он расстроился и плачет, недостойны вашего внимания, не важны для вас. А значит, и он для вас не важен.

Поэтому ребенок быстрее успокоится, если вы пожалеете его и покажите ему, что вы понимаете его чувства.

Сравнения:

«Ну, почему ты не можешь быть таким, как Игорь?»
«Посмотри, как Наташа красиво нарисовала картинку. А что у тебя? Мазня какая-то».

Такие сравнения с братом, сестрой, другим ребенком могут вызвать ревность и обиду в вашем ребенке. И помимо этого, он может не захотеть делать то, чего вы от него хотите.

Когда вы сравниваете своего ребенка с другим, он чувствует, что он хуже других. Поэтому он предпочтет оставаться в тени. Таким образом вы будете воспитывать застенчивого и неуверенного в себе человека, кото-

рый в будущем вряд ли сможет достичь больших успехов.

Поэтому старайтесь замечать успехи своего малыша, поддерживайте его и хвалите.

Уступка:

«Ну ладно, возьми, только успокойся!»

Если вы довольно часто будете сначала запрещать что-то ребенку, а потом вдруг разрешите ему это после того, как он постарается добиться желаемого нытьем, истерикой, криком, то ребенок поймет, что таким образом может добиться от вас всего, чего ему захочется.

Непрошенная помощь:

«У тебя не получается, дай-ка я тебе помогу... (застегнуть пальто, нарисовать рисунок, вырезать картинку и др.)».

Если вы будете повторять эту фразу изо дня в день, то тем самым будете программировать ребенка на неудачу. Ведь он будет думать, что у него все равно ничего не получится, но мама придет ему на помощь.

Кстати, в то время, когда малыш становится «самостояшкой» и стремится все делать сам, произнося эту фразу, вы рискуете вызвать серьезный конфликт.

Приказы:

«Сейчас же прекрати!»

«Немедленно замолчи!»

«Скорее иди, ну, кому сказали!»

Ребенок обижается, если с ним обращаются таким образом. При этом он еще и чувствует себя неправым. Поэтому, вместо того чтобы успокоиться, как требуют от него мама или папа, он начинает выражать свой про-

тест: начинает плакать и капризничать.

Высмеивание:

«Ты ведешь себя как маленькая».

Ирония: *«Что это — твоя домашняя работа? Нет, это какие-то иероглифы. Возможно, твоя учительница знает китайский язык, а я — нет!»*

Пристыжение: *«Мне за тебя очень стыдно».*

Обзывание, оскорбления: *«Ты негодный мальчишка», «свинья», «тупица», «оболтус», «бестолочь», «грязнуля».*

Угрозы:

«Считаю до трех. Сейчас ты у меня получишь!»

«Мне все равно. Делай что хочешь».

Слыша такие слова, ребенок чувствует себя нелюбимым. Его самооценка занижается.

И помимо этого, благодаря этим фразам ребенок не начинает вести себя лучше.

Как бы сильно вы ни были заняты, постарайтесь уделить хотя бы минутку внимания своему ребенку, если он о чем-то вас спрашивает или хочет что-то вам сказать. Если вы постоянно будете оставлять своего малыша наедине со своими неудовлетворенными желаниями, вы можете потерять его расположение и он перестанет вообще делиться с вами своими чувствами и переживаниями. Малышу очень важно знать, что его родителям интересны его дела. Если вы будете его игнорировать, то он

постарается сделать что-то, что вы ему запрещаете, чтобы проверить, а действительно ли вам все равно.

Пророчества:

*«Тебе никто никогда не поможет. Всегда надейся только на себя»,
«У тебя никогда не будет друзей».*

Из-за таких слов ребенок может стать подозрительным, замкнутым и агрессивным. Он может перестать доверять родителям и другим окружающим его людям. Из-за этого ему будет трудно завести друзей.

Упреки:

*«Вот опять упала, какая же ты неуклюжая»,
«У тебя руки как крюки, опять ты разбил чашку»,
«Тебе уже шесть лет, а ты до сих пор не умеешь читать».*

Упреки родителей могут уничтожить желание ребенка чего-то достичь. Он начинает думать, что он плохой и у него ничего не получится. Таким образом, он будет расти несамостоятельным и безынициативным человеком, который ничего не будет делать сам без чьего-то подталкивания.

Как помочь ребенку научиться общаться с другими людьми

Для ребенка общение очень важно. От того, насколько хорошо он будет уметь ладить с другими людьми, будет зависеть его счастье.

Так как общение – двусторонний процесс, то ваша задача – помочь своему малышу или малышке научиться взаимодействовать с другими людьми.

Для того чтобы общение состоялось, ребенок должен хотеть общаться и знать, как это делать.

Так покажите же ему пример. Малыши склонны подражать взрослым, а особенно тем, кого они любят.



Вам пригодятся следующие рекомендации:

- Как можно чаще разговаривайте с ребенком. Когда он в беседах с вами научится выражать свои чувства и мысли, ему будет совсем не трудно делать то же самое и при общении с другими людьми.

- Почаще предоставляйте своему ребенку возможность действовать самостоятельно. Поддерживайте его стремление сделать что-то самому. При этом будьте консультантом, а не «диктатором».

Радуйтесь маленьким успехам ребенка на его пути к достижению цели.

- Обсуждайте вместе с ребенком разные «взрослые» вопросы. Поинтересуйтесь его мнением и внимательно выслушайте. Если он ошибается в чем-то, спокойно поправьте его.

- Просите у ребенка совета (*«Как ты думаешь, что для этого нужно сделать? Мне интересно твое мнение»*) и, если он «стоящий», последуйте ему. Вы удивитесь, но именно дети подчас могут давать нам очень мудрые советы. Кстати, помимо пользы для вас «совета

щения» с ребенком развивают у него способность выражать собственную точку зрения. И еще: прося у ребенка совета, вы показываете ему, как важно, чтобы между близкими людьми были доверие и откровенность.

- Примите точку зрения малыша и согласитесь с ним. Будьте уверены: ваш авторитет от этого ничуть не пострадает (наоборот, только укрепитя).

- Выслушивайте вашего ребенка. С уважением относитесь к его интересам и делам.

- Если вы неправы, признайте свою вину и извинитесь перед ребенком.

- Старайтесь правдиво отвечать на все вопросы вашего «почемучки».

- Разговаривайте с ребенком вежливо. Следите за тем, чтобы ваша речь была грамотной. Избегайте грубых слов и слов-паразитов (таких как «ну», «блин», «к слову говоря»),

- Учите ребенка внимательно слушать своего собеседника, не перебивая его. Напоминайте ему, что сначала ему следует выслушать того, с кем он разговаривает, а потом говорить самому.

- Научите ребенка просить о помощи, когда она ему необходима.

- Если ребенок забывает говорить «спасибо», «пожалуйста», «до свидания», напомните ему об этом. Лучше сказать так: *«Доченька, на мой взгляд, ты забыла сказать что-то важное»*, чем *«Дочка, поздоровайся с дядей»*.

- Объясните ребенку, как важно быть привлекательным. (Тогда людям будет приятно с тобой общаться, и они будут хорошо к тебе относиться.) Даже некрасивый человек может быть привлекательным, если он будет аккуратным и чистоплотным и иметь хорошие манеры.

- Помогите ребенку стать надежным, отзывчивым, чутким другом. Этому можно научить, только показывая собственный пример.

Эффективные способы в общении

Время для общения с ребенком

Да, малышу нужно уделять достаточно внимания. Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок чувствовал себя любимым. Тогда вы можете рассчитывать на то, что он захочет пойти вам навстречу и выполнить ваши требования.

Многие работающие мамы переживают, что уделяют недостаточно времени своему малышу. Не стоит страдать по этому поводу.



Для ребенка важнее не то, сколько времени вы проводите вместе, а как вы это делаете.

Иногда пятнадцать минут, которые вы провели с ребенком, поговорив «по душам», для него значат гораздо больше, чем целый день с вами, когда вы играли с ним, едва сдерживая зевоту.



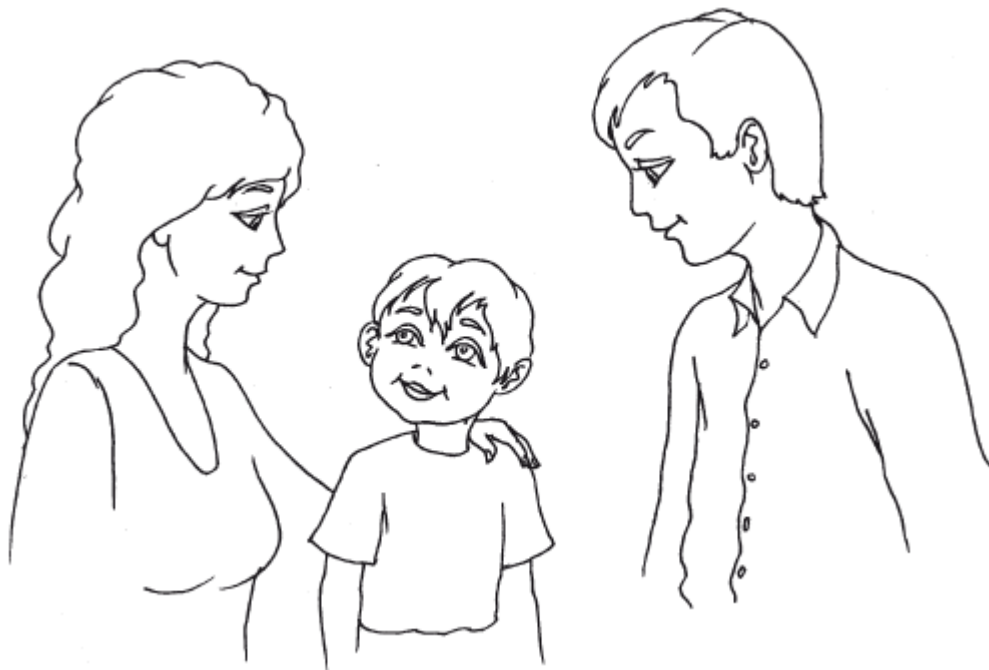
Малышу до 3 лет для того, чтобы чувствовать себя в безопасности, важно просто быть рядом с мамой. Старшему ребенку необходимо искренне общаться как «личность с личностью». Выбирайте занятие вместе с ним.

Если ребенку с вами интересно, его глазки блестят от восторга, он радуется, улыбается и смеется – значит, вы хорошо проводите время вместе.

Очень сближают совместные дела. Дети их любят даже больше разговоров. Вместе мыть посуду, готовить пирог, развешивать белье после стирки или убирать дом может быть весело. Или кататься на велосипеде. Или читать вместе книжки и разучивать стишки. Или сочинять истории. Или играть...

А вы любите ребенка за что-то?

Знаете ли вы о том, как важно, чтобы вы принимали ребенка таким, какой он есть, и чтобы он об этом знал?



Тогда он развивается и хорошо относится сам к себе. Он уверен в себе, у него адекватная самооценка, и он прекрасно ладит с другими людьми. Общаться вам с ним будет легко и приятно, так как ребенок, скорее всего, будет делиться с вами своими проблемами и чувствами.

Когда родители говорят ребенку: *«Если ты будешь хорошей девочкой, тогда я разрешу тебе пойти в кинотеатр посмотреть этот фильм»*, *«Не жди, что я куплю тебе футбольный мяч, пока ты не начнешь слушаться»*, то они сообщают ребенку, что принимают его условно, любят «только если...», что ему надо постоянно добиваться, чтобы его любили, заслуживать любовь какими-то качествами или поступками. Ребенок это понимает так: *«Я буду любить тебя, если ты будешь таким: послушным, исполнительным, старательным, оправдывающим мои надежды»*.

А чаще всего таким, который не осложняет «личную жизнь» родителей: «поел и спи», «играй сам», «не лезь», «делай так», «что тебе было сказано». Ребенка воспитывают в неуверенности в собственной ценности, значимости. Благодаря такой условной любви вырастают «неблагодарные дети», не испытывающие нежных чувств к родителям.

Настоящая же родительская любовь предполагает безусловное принятие: *я люблю тебя потому, что ты – мое дитя! Ты хороший, поступок может быть плохим!*

Когда вы произносите: *«Ты – мое солнышко»*, *«Я тебя люблю и понимаю»*, *«Какое счастье, что ты у меня есть»*, *«Я тебя всегда люблю»*, то вы показываете ребенку, что вы принимаете его таким, какой он есть, и любите безусловно.

А это как раз то, в чем он так нуждается.

Ребенок должен быть уверен в том, что вы его всегда любите. Не за что-то, а просто так. Если ребенок ведет себя не очень хорошо, скажите ему, что вам не нравится его поведение, его поступок, а не он сам и его чувства.

Ребенок ведет себя в соответствии с тем, каким он себя чувствует. Если он уверен в любви и признании со стороны окружающих, мир воспринимается как цветущий сад, если же он не осознает своей ценности, все вокруг наполняется обидами, отчуждением, холодом.

Только любовь родителей, их безусловное принятие вызывают у ребенка внутреннее стремление вести себя так, чтобы не потерять эту любовь.

Видя, чувствуя любовь родителей к себе, ребенок постарается быть послушным, чтобы не огорчать их. А если он напроказничает, то сам будет жалеть о своем поступке. Когда с возрастом окрепнет его сила воли, когда он лучше научится владеть собой, управлять им будет собственная совесть, а не внешние условия.

Когда ребенок знает, что мама и папа любят его, несмотря ни на что, ему не так страшно, если вы вдруг рассердитесь. Старайтесь чаще говорить малышу что-то одобряющее: похвалите, если он без напоминания убрал свою постель. Ребенок поймет, что вы цените его хорошее поведение, а если и сердитесь, то за дело.

Распространенное мнение родителей, что ребенка нужно закалять для будущей трудной жизни, и поэтому чем суровее будут условия его воспитания с раннего детства, тем крепче он станет, неверно. Все как раз наоборот.

Устойчивость к стрессу выше у тех людей, которые в детстве воспитывались в атмосфере любви и эмоционального тепла, чем у тех, чье воспитание было чересчур строгим. Помните: ваше постоянное «нет» и «нельзя» может вызвать у него стресс.

Говорите постоянно ребенку, что он представляет собой большую ценность, как и любой живущий на Земле человек.

На одном уровне

Общение с ребенком будет лучше, если вы будете общаться с ним «глаза в глаза». А это значит, что, когда вы разговариваете с маленьким ребенком, присядьте на корточки или сядьте вместе с ним за стол так, чтобы вы были с ним на одном уровне. Только не возвышайтесь над ним «горой».



Мы не задумываемся, как наш рост влияет на ребенка. Каково было бы вам, если бы сердитый великан возвышался над вами и что-то от вас требовал?

«Как мне тебя называть?»

Постарайтесь в общении с ребенком чаще называть его по имени. Так вы будете воспитывать в нем чувство собственного достоинства. Ведь имя выделяет его из общей массы, и благодаря этому ребенок осознает себя значимой личностью.



Можно обращаться к сыну: сын, сынуля, к дочери – дочка, доченька, дочурка...

Избегайте оскорблений. Есть такая русская поговорка: *«Называй ребенка свиньей, он и захрюкает»*. И это так!

Такие полезные «обнимашки»

Прикосновения очень важны для нашего физического и психического здоровья на протяжении всей жизни. Для того чтобы хорошо себя чувствовать, взрослому необходимо от 4 до 12 объятий в день. А малышам прикосновений нужно гораздо больше. Тогда они будут чувствовать себя защищенными и более уверенными в себе. Это также важно для развития психочувствительности и интеллекта ребенка.



Я говорю о прикосновениях, которые вызывают положительные эмоции. Любому ребенку нужна ласка. Малышу понравится, если вы будете обнимать его, гладить по голове, прижмете к себе, поцелуете, легонько похлопаете по плечу, положите руку на плечо, возьмете за руку, погладите спинку, почесшите за ушком, посадите на колени, сделаете массаж. Тогда он вырастет более свободным и будет вам доверять.

Прикосновение любящего человека к любимому – главное лекарство от всех невзгод! Оно значит больше, чем слово.

Важно помнить о том, что ребенку необходимо прижаться к матери во время опасности, в момент появления чего-то пугающего или просто нового, особенно перед засыпанием или когда он внезапно пробуждается, когда все вокруг кажется непонятным.

А вот такие прикосновения вызывают отрицательные эмоции: подзатыльник, пощечина, отталкивание, отшвыривание, отстранение, хлопок по попе, удары ремнем. Родители, которые применяют их в общении с ребенком, не любят его.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.