10 "не" Юлии Гиппенрейтер: «как не нужно воспитывать детей».

Родители спрашивают, приходя на консультацию, каким автрам в области воспитания и развития я доверяю, как специалист. Предлагаю вашему внимания воззрения замечательного, на мой взгляд, психолога, автора знаменитой серии «Общаться с ребенком. Как?», Юлии Борисовны Гиппенрейтер.

Не бойтесь менять жизненные траектории

Многие спрашивают, что хуже – ребенок, заброшенный работающей мамой, или ребенок, который только и видит замученную домашними заботами маму. Есть мнение, что нужно выбирать – либо самореализация, либо дети.

На самом деле, если вы сидите с детьми и вам скучно и плохо – меняйте ситуацию. Если вы вышли на работу на полный день, а вам неуютно и мучает совесть, что бросили ребенка, – опять меняйте ситуацию. Это не значит, что нужно отказаться от работы. Просто здесь есть поле для размышлений и творчества – подумайте, какая вам нужна работа и какая

степень занятости. Нужно отзываться на свои внутренние неудовлетворенности. Эмоции – наш главный путеводитель.

Человек становится более счастливым, когда разные части его души и разума договариваются между собой. Не нужно подавлять никакую часть себя, ни в отношении детей, ни супругов, ни работы. Будьте более чувствительны к себе, избавьтесь от схематичных рассуждений: либо кастрюли, либо успех в обществе. Такие упрощения – не про настоящую жизнь с чувствами и с волей к изменениям. Не бойтесь рисковать и менять свои жизненные траектории.

Не ждите чуда

Как–то одна мама спросила: «Если папа возвращается домой за пятнадцать минут до того, как мальчик ложится спать, как сделать, чтобы они вошли в контакт?» Войти в контакт они могут. Но стать полноценным папой этому ребенку за пятнадцать минут в день у него не получится.

В памяти ребенка останутся мама, бабушки, тети, няни и их установки, характеры, образ мышления и отношение к миру – но не папины. Потому что очень многое передается ребенку не через прямую речь, а через наблюдения за близкими и их

отношениями. И эти отношения дети потом воспроизводят в своей жизни. Поэтому, к сожалению, такой мальчик не сможет потом полноценно воспитывать своего сына, он просто не будет знать как – ведь его самого папа не воспитывал. Тут чудес не бывает.

Не заставляйте себя играть с ребенком

До школьного возраста главный способ существования ребенка – игра. Но важно не сколько часов и минут вы с ним проводите, а качество ваших с ним игр. Не заставляйте себя играть с ребенком через силу. Он чувствует и слышит, что вам с ним скучно. Ищите то, что вам самим интересно делать вместе с ребенком.

Кроме совместных игр, ребенок должен уметь самостоятельно занимать себя и играть. «Сам делаю», «сам придумываю» переходит в дальнейшем в «сам мыслю». Вы же не сможете за него строить ход его мыслей. Поэтому важно, чтобы было не только «мы вместе», но и «я сам». Нужно отпускать, чтобы он перестал всегда полагаться на маму: а что мне сейчас делать? А чем заняться? Важно деликатно убирать себя из игры, чтобы ребенок играл сам.

Более того, родителям вообще не стоит по поводу действий ребенка говорить «мы». «Мы пошли в детский сад», «мы перешли во второй класс», «мы готовимся к поступлению в школу», а потом и «мы поступили в вуз». Важно, чтобы дети различали, где «мы с мамой», а где «я».
Не «воспитывайте» ребенка

Ребенка часто воспитывают исходя из того, что считают главным мама и папа, из их представлений о том, как должен себя вести ребенок и как должна быть организована его жизнь. Бесспорно, ребенку нужно обеспечивать безопасность и во многом ограничивать, хотя бы для того, чтобы он не свалился из окошка с шестого этажа и умел переходить дорогу.

Важно, чтобы он вовремя ел, спал и был приучен к горшку. Но для душевного контакта с ребенком этого совсем недостаточно. Понимать ребенка – значит понимать, чего он хочет, что ему трудно, что ему совсем невозможно, о чем он мечтает и что для него главное. Часто дети обнаруживают свои желания в резких формах: «спать не хочу», «хочу мороженое», «хочу, чтобы ты не уходила на работу».

Все эти прямые «хочу» и «не хочу» на самом деле воспроизведение с разным знаком родительских «надо», которые мы и называем воспитанием. Нам надо, чтобы он спал и вовремя ел, нам надо на работу. А что надо ему? Скажу, может быть, резко и парадоксально: если вы хотите установить душевный контакт с ребенком – перестаньте его воспитывать.

Не будьте всегда правы

Чаще всего воспитание в нашей родительской практике – это приучение. Мы говорим: делай так. Если ребенок так не делает, мы поправляем его. То есть управляем им. В лучшем случае работает ваша настойчивость: «Читай, читай, читай – это нужно». В худшем – запугивание: «Будешь утыкаться в компьютер – у тебя появится зависимость, как у алкоголиков… Не будешь хорошо учиться – выгонят из школы и будешь подметать улицы». Наше воспитание придает ребенку нужную нам форму, а критика, запугивания и наказания эту форму замораживают: «Так нельзя!», «Так надо!».

Если ребенок ошибся, мы первым делом спешим поправить: «Ну ты же знаешь, как нужно складывать, мы же учили…». А вы возьмите и ошибитесь специально, напишите первокласснику: 2+5=6. Как будет счастлив ваш ребенок, что родители тоже ошибаются! Дети привыкли, что ими управляют, их давят. А сами они – ничто. Не поучайте ребенка – поиграйте с ним. Ведь на самом деле в ребенке чудесным образом уже от рождения заложено очень много здоровой энергии. Он по большей части развивается сам. Уже в год

ребенок – личность. И нужно уважать его интересы и давать ему возможность самоопределения.

Не останавливайте – пусть идет куда хочет

Мы нервно натягиваем на ребенка колготки, потому что опаздываем в детский сад. А он сидит, развалившись, и думает о чем–то своем. Потому что он уже знает: его оденут, поведут, сдадут – когда и куда родителям надо. Его будут формировать. А сам он чего хочет? Какие у него самого интересы? Спросите его, пока он маленький, – он все вам расскажет. Иначе потом будет поздно – в подростковом возрасте он уже будет скрывать от вас свои интересы – он привык, что он объект воспитания, а не субъект построения своей собственной жизни.

Мотивацию ребенка, его интересы нужно блюсти как зеницу ока и развивать. Возможность и умение находить себя – это секрет счастливого человека. Ребенок все время что–то хочет, и если подбрасывать пищу для его интересов, то он пойдет по пути счастливости. Дайте ребенку найти себя и не паникуйте: «Ой–ой! Куда же он пошел себя искать?!» Пусть идет.

Двухлетний ребенок еще не умеет произносить «с», но уже говорит: я шам!

Не пугайте жестоким миром

Нередко я слышу такой вопрос: «Вот вы, Юлия Борисовна, проповедуете гуманизм и уважение к ребенку. А наше общество проповедует насилие, жестокость и хитрость. И если дома ребенок будет только белый и пушистый, то как он подготовится хотя бы к школе, где работает подавление и приказная система?»

На подобные вопросы у меня есть ответ. Чем в более сохранном виде ребенок выходит из дома в мир, тем более он подготовлен и укреплен. Чем больше его понимали и уважали, чем больше он смог реализовать свои интересы, чем лучше развивалось его самоопределение, тем более будут развиты его способности к резистенции, то есть выше его сопротивляемость в жестоких условиях. И наоборот: если вы жестко воспитываете ребенка, он ослаблен при выходе в мир.

И не забывайте говорить о чувствах

Как показывают исследования, развитие так называемого эмоционального интеллекта имеет большое значение для того, насколько успешно в будущем ребенок сможет справляться со сложными ситуациями. Чтобы развивать у детей эмоциональный интеллект, нужно использовать в общении словарь эмоций.

Чаще употребляйте слова, описывающие ваше состояние и состояние ребенка, называйте своими именами разные переживания, аффекты и чувства. Эмоции ребенка нужно слушать и озвучивать их ему же: «ты хочешь», «ты недоволен», «ты злишься», «ты плачешь», «ты очень–очень хочешь мороженое, а я тебе запретила, и ты расстроился из–за этого».

Рассказывайте ребенку о нем самом, о его состояниях, динамике его переживаний. Переводите детские истерики и манипуляции в разговор о его чувствах. Но делайте это не с раздражением, а с пониманием. И не надо спрашивать: «Почему ты не слушаешься? Мы же договорились…». Ребенок, скорее всего, не знает ответа на эти вопросы. А вы только

запираете эмоциональный контакт, переводя разговор с ним на логический уровень.

И не забывайте доносить свои чувства до него: «Ты сейчас отказываешься одеваться, и меня это очень огорчает», «Мне очень жаль, что я не могу тебе позволить десятое мороженое» (здесь еще и искорка юмора).

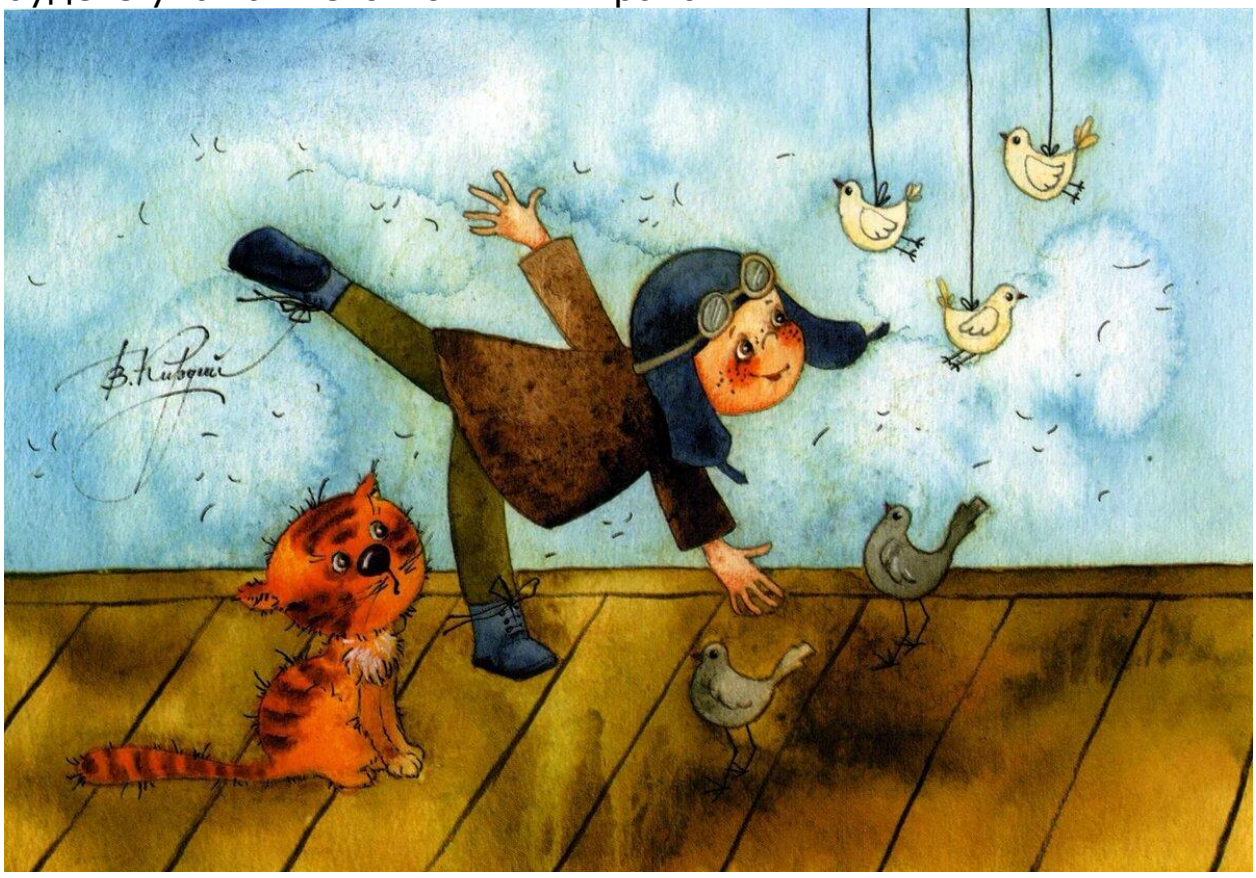
Не увещевайте

«Ты же сам обещал, что это последний мультик!» Это «же» называется увещеванием, и оно очень вредно. Лучше не запрещать что–либо безоговорочно, а вводить правило. Правила не обсуждают и по их поводу не торгуются.

Ребенок говорит: «Я не хочу ложиться спать». Пойдите навстречу его настроению: «Тебе не хочется спать? И ты очень расстроен, что у нас такое правило? Лучше бы таких правил не было! Да, некоторые правила бывают очень противные… Но я ничего не могу с этим поделать, ведь это правило». Такой разговор облегчит всем жизнь.

«Ты же знаешь, что машинки можно только на день рождения» – это снова увещевание. Если ребенку что–то нужно, не вступайте в переговоры, не оспаривайте его слова, но ставьте ему ограничения. А главное, не читайте ему нотации, просто поймите его: «Тебе очень нужна машинка. Ты очень ее хочешь. Сейчас у меня нет возможности. Но я запомню, что тебе такая нужна».

Но не забывайте, что, кроме правил, у детей должны быть права. Если ребенок не получает того, что ему действительно нужно, он будет ваши правила нарушать, будет спорить, врать и скрываться. Он станет уважать ваши правила, если вы будете уважать его мотивы и права.



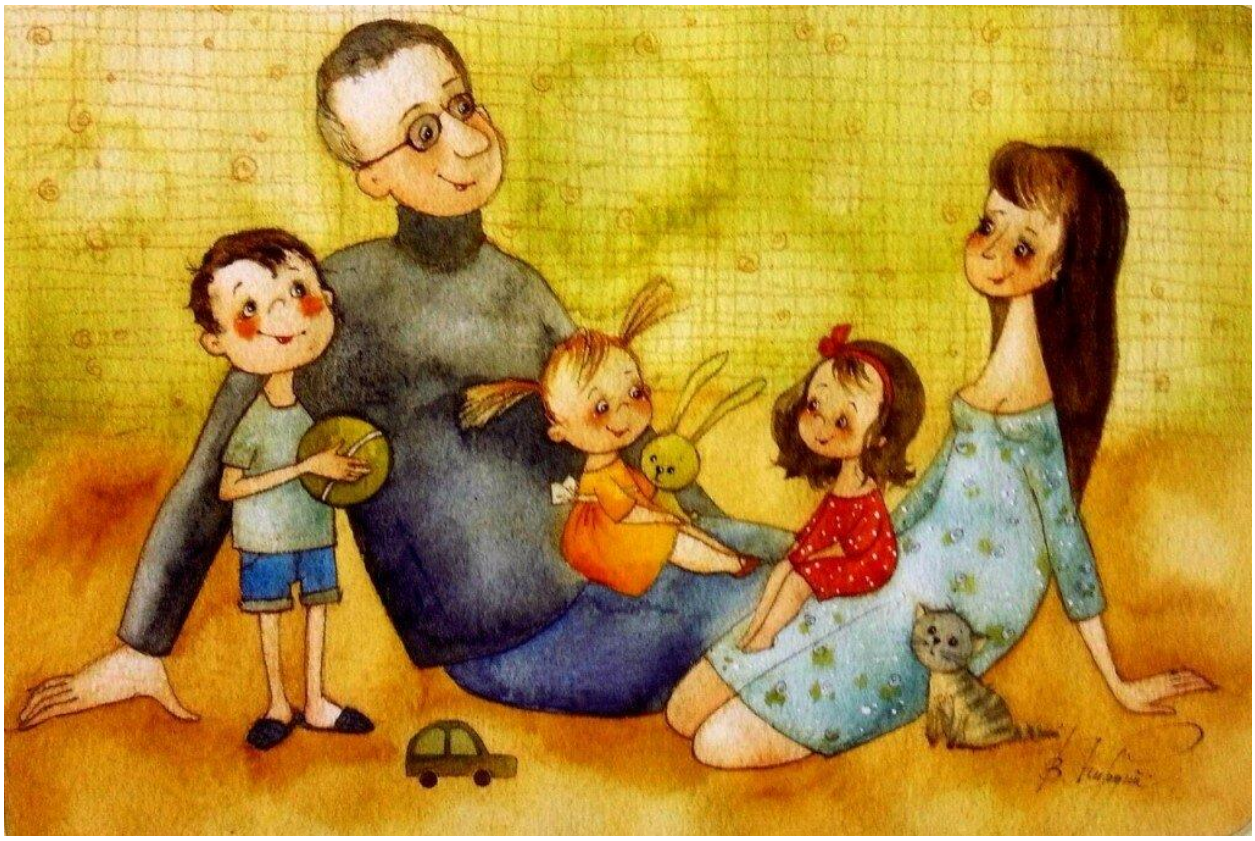
Не заменяйте реальный мир гаджетами

Особенность новых технологий заключается в том, что они дают мгновенную обратную связь. То есть ребенок, выращенный на гаджетах, не привык к тому, что реакция на его действия может быть запоздалой, отложенной. Еще одна особенность: это взаимодействие физически ограниченное.

С гаджетами небольшие манипуляции руками приносят огромный поток информации. В результате они не дают возможности изучать физические законы взаимодействия предметов. И третья характерная черта новых технологий: эмоциональные отношения в компьютерных играх и социальных сетях куцые, ограниченные заданными формами.

Родителю стоит понимать богатства реального мира и его параметры. Осознавать, какие из этих параметров в технологиях урезаны. Когда вы ограничиваете взаимодействие детей с гаджетами, заполняйте освободившееся время активностями, в которых ребенок получит то, что технологии ему не дают.

Подвижные занятия, реальные действия с предметами, эмоциональное общение с мамой и папой – на это стоит обращать особое внимание. В социальных сетях нет ни запахов, ни прикосновений, ни интонаций. Если делиться эмоциями с ребенком, прививать ему вкус к реальному миру, то к моменту, когда он пойдет в школу, лимиты гаджетов будут ему хорошо известны. И он сам не захочет сидеть в телефоне больше получаса.



И от себя добавлю, помните, что вы замечательные родители замечательных детей.

Материал подготовила педагог-психолог,

Зорина Ольга Юрьевна.