ОТПУСК

## Совершенно естественно, что иногда мы устаем от семьи и хотим немного отдохнуть от нее. Вообще любая перемена обстановки всегда чрезвычайно благотворно сказывается на нас, и мы обычно с удовольствием ожидаем предстоящий отпуск. Однако, строя планы, как провести его, мы неизменно сталкиваемся с вопросом: «С детьми или без них?» И если отвечаем положительно, то должны учесть некоторые соображения.

Нет сомнения, что даже самые любящие родители устают от повседневных семейных забот и необходимости постоянно воспитывать своих детей. Но даже если родители так не считают, все ровно есть некоторые чисто взрослые дела, когда хотелось бы, чтобы дети не мешали.

Сама по себе разница в возрасте между родителями и детьми полностью объясняет подобное желание.

Когда супруги отправляются отдохнуть без детей, лучше всего, если отпуск продлиться неделю-другую. Более длительный срок может вызвать у ребенка страх, что его бросили.

Нельзя рассчитывать, что дети согласятся расстаться с нами на время отпуска, если они никогда не оставались дома без нас.

Надо ли говорить, что отпуск без детей возможен только в том случае, если вы имеете возможность перепоручить их чьим-то добрым заботам. Очень важно подготовить детей к тому, что вы ненадолго расстанетесь. Столь же важно звонить им время от времени после отъезда.

Если вы хотите взять детей с собой, нужно непременно продумать программу отдыха и подготовиться к ней. Чем больше дети будут знать, что их ожидает, тем легче они приспособятся к новой обстановке.

Конечно, можно придумать множество увлекательных дел с участием детей, когда семья отправляется в отпуск. Но время это действительно принесет всем радость и удовольствие только в том случае, если мы и в самом деле все будем делать ***вместе***.

Как супруги, уехавшие отдыхать от детей, вновь обретают друг друга, так и родители с детьми могут укрепить свои добрые отношения благодаря развлечениям при совместном отдыхе. Сделанные во время отпуска фотографии через годы напомнят о прекрасных днях, проведенных вместе.

Наконец, последние два дня отдыха лучше провести дома, не сразу возвращаясь к привычному повседневному ритму. Ни в коем случае нельзя допускать, чтобы из-за каких-то перемен в жизни и в привычках, которые могут возникнуть во время отпуска, дом показался бы после возвращения менее желанным. Напротив, нужно постараться, Чтобы у детей сложилось убеждение: сколько бы ни было на земле прекрасных и замечательных мест, нет ничего лучше родного дома.

### **ВОРОВСТВО**

Психологи единодушны во мнении, что тенденция к воровству у детей не излечивается с помощью наказания. Это верно, что общество учит уважать законы, прибегая к суровым мерам. Но также верно, что ни одна из них не применима к ребенку дошкольного возраста.

Что делаем мы, родители, когда узнаем, что наш ребенок ворует? Прежде всего, стараемся понять, ворует ли он всерьез или невинно уходит с чужими вещами в кармане. Это разные вещи. Совершив кражу, ребенок намеренно скрывает это от других, сознавая, что сделал что-то дурное, нарушил право собственности. Когда же, напротив, речь идет о невинном присвоении (хотя и заслуживающем порицания), достаточно обратиться к сознанию малыша и разъяснить ему общепринятые правила. А если такое разъяснение ни к чему не приведет, МЫ ДОЛЖНЫ ЗАДУМАТЬСЯ О ПРИЧИНАХ ПЛОХОГО ПОСТУПКА.

Обычно речь идет о серьезной неудовлетворенности ребенка, о его протесте и враждебности по отношению к авторитетам и, несмотря на независимость, с которой он им бросает вызов, свидетельствует о неспособности контролировать свои порывы.

Ясно, что наказание лишь поддержит в ребенке все эти чувства. В то же время если мы постараемся ободрить его, поможем понять и принять наше общество и наш образ жизни, то он может избавиться от чувства враждебности и развить самоконтроль.

Еще недавно считалось, будто детская преступность- наследственная болезнь. Некоторые социологи предложили использовать так называемое игровое поле и, к всеобщему изумлению, доказали, что когда у ребенка появляется возможность проявить свою потребность в активной деятельности, то сразу же резко падает и коэффициент преступности.

***Хорошо организованная семья способна предложить бесконечное количество вариантов выражения его активности без нарушения общественного порядка.***

Очень важно, чтобы ребенок был хорошего мнения о родителях. Иначе он останется непослушным. Не чувствуя опоры, поддержки и уверенности в себе, которые дает ему наша любовь, он вынужден будет красть то, что не может приобрести естественным путем. Вещи, которые он ворует, сами по себе не имеют для него никакого значения, но они как бы олицетворяют то другое, что ему отчаянно хочется иметь.

Очень важно, чтобы между родителями и детьми сложились добрые отношения. Только тогда удастся внушить ребенку представление об истиной порядочности и честности. Есть люди, которые считают, что, будто у каждого из нас есть желание украсть. Возможно, именно поэтому мы так остро реагируем, когда обнаруживаем такое пристрастие у наших детей, - они открыто делают то, о чем мы можем думать только тайком. Признав, что между нами не такая уж большая разница, мы скорее поймем наших детей и быстрее установим с ними ясные и простые отношения.

# **БРАННЫЕ СЛОВА**

# 

Совершенно очевидно, что ДЕТИ УСВАИВАЮТ ОПРЕДЕЛЕННЫЙ СЛОВАРЬ ОТ ТОВАРИЩЕЙ ПО ИГРАМ И НЕПОСРЕДСТВЕННО ОТ НАС, а затем спокойно передают его друг другу.

Обычно бранные слова ребята начинают использовать, как только попадают в школу, а иногда и раньше. И то обстоятельство, что эти слова нас шокируют, оказывается для детей наилучшим поводом, чтобы повторять их. Им хочется позлить, подразнить нас, потому что им самим приходилось не раз терпеть это от нас, и теперь они просто открыли для себя новое оружие агрессии.

Профилактика бранных слов невозможна по той простой причине, что дети наши живут не под стеклянным колпаком. А вот повлиять на них можно.

1. Не ругайте ребенка, как это делают часто многие, и не угрожайте, что станете ругать его, если он будет говорить бранные слова.
2. Постарайтесь сделать так, чтобы он был как можно более откровенен с вами. Это позволит ему более непосредственно высказываться в вашем присутствии, и тогда то, чему он научился, он скажет вам, а не произнесет при посторонних.
3. Удивите ребенка-это наилучший способ повлиять на него. Когда он станет говорить бранные слова, отнеситесь к этому спокойно, мягко добродушно. Ласковое обращение сразу же притупляет оружие, которое в противном случае может стать угрожающим.
4. Объясните ребенку, что бранные слова так же неприлично, как отрыгивать за столом или не извиниться в нужный момент. Но объясните это кратко и не наказывая его.
5. Если случится, что он обронит какое-нибудь бранное слово при посторонних, кратко извинитесь за него и сразу же смените тему разговора.

Мальчики и девочки, узнав бранные слова, поначалу одинаково ведут себя, хотя первые более склонны употреблять ругательства.

У детей, которые раньше других прибегают к этому языку, за ширмой подобных выражений, как правило, скрываются более сложные проблемы. Они могут лгать, например, или какими-то другими способами, еще более агрессивными, «мстить» за свои несчастья.

Вообще же надо стараться, чтобы у детей просто не возникало желания ругать кого-то или что-то, тогда они не будут сквернословить, и говорить бранные слова.

Что же касается допустимых проявлений агрессивности, то коллективные игры дают детям наилучшую возможность выразить свои воинственные побуждения социально приемлемым образом.

##### ПРИВЫЧКА ГРЫЗТЬ НОГТИ

Почему ребенок грызет ногти, а не какой-то предмет, оказавшийся под рукой? О чем еще, кроме нервозности, может говорить эта привычка? Что она означает для ребенка? Ответы здесь таковы:

1. Ребенку просто приятно грызть ногти, это доставляет ему физическое удовольствие. Чтобы избавить ребенка от этой привычки, надо предложить ему другое занятие, более удовлетворяющее его.
2. Держа палец во рту, ребенок производит знакомое с младенчества движение.
3. Привычка грызть ногти дает выход агрессивности ребенка. Он злит тем самым родителей, даже если иногда делает себе больно. Поэтому зачастую сам по себе подобный поступок-проявление враждебности.
4. В душе его заложен мощный импульс, побуждающий его грызть ногти, чем он, и освобождает себя от груза агрессивных стимулов.

#### **Не делайте никаких замечаний ребенку**.

Не потому, что они вообще совсем не нужны, а потому, что прежде необходимо понять причины, породившие эту привычку.

Если мы хотим исправить положение, мы должны сделать все возможное, чтобы изменить отношение ребенка ко всем привлекательным моментам, связанным с данным действием.

1. *ПРИЯТНЫЙ МОМЕНТ.*

Возможно, в последнее время мы сами были слишком нервозны, или чересчур нервозны с ним, либо очень строго наказали его. Не исключено, что отношения с братиком или сестренкой, какие-то недоразумения во время игры, тысячи всевозможных событий дня могли взволновать ребенка, вызвать у него раздражение, но ему не представилась возможность отвести душу. Нужно поэтому постараться снять его нервное напряжение и добавить в его жизнь веселья.

1. *МОМЕНТ РЕБЯЧЕСТВА.*

Факт возвращения ребенка к детским привычкам должен подсказать нам, что мы не сумели вызвать у него желание расти. В этой ситуации, что необходимо сделать, - это подчеркнуто вознаграждать ребенка за более взрослое поведение. Иногда достаточно сказать ласковое слово или же просто погладить малыша по головке. Мы не должны наказывать его за ребяческое поведение: на эти моменты в его поведении следует, как можно меньше обращать внимания.

1. *АГРЕССИВНЫЙ МОМЕНТ.*

Здесь нужно, во-первых, не придавать большого значения агрессивности ребенка, а это означает, что надо изменить и собственное поведение.

Во-вторых, - позволять ему иногда свободно выразить свой гнев и свою враждебность. Другими словами, не переживать по поводу каждой такой вспышки. Ведь мы тоже иногда отводим душу.

В-третьих, - поощрять социально приемлемые формы проявления враждебности и при случайных домашних ссорах, и во время игр.

1. *ПРИНУДИТЕЛЬНЫЙ МОМЕНТ.*

Отучить ребенка грызть ногти гораздо легче, когда эта привычка только появилась, чем спустя несколько лет. Но тут самое главное - не переусердствовать, а действовать правильно, не спеша, спокойно.

Разумеется, если бы мы и во всех других отношениях вели себя столь же разумно, очень возможно, дурная привычка и не появилась бы у ребенка. Но поскольку мы не можем переделать себя даже из любви к своему ребенку, попытаемся хотя бы сделать следующее по значимости усилие – УМЕРИМ НАШУ СКЛОННОСТЬ НАКАЗЫВАТЬ РЕБЕНКА.

Мать, например, с такой строгостью наказывала сына за мастурбацию, что добилась своего – он прекратил это занятие, но через неделю стал грызть ногти. По существу же, из этих двух зол мастурбация менее страшное, поскольку менее инфантильное занятие и ребенок сам легче преодолевает его.

Давление родителей почти всегда выливается в угрозы, упреки, наказания. Отказ от таких форм воздействия сам по себе даст наилучший результат в предотвращении или избавлении ребенка от привычки грызть ногти.

###### **КОГДА ДЕТИ ДЕРУТСЯ**

Больше всего нам досаждает, когда дети в семье ссорятся и дерутся. Это не только неприятно и действует на нервы, но и огорчает – выходит, они не могут жить мирно. Остается утешаться тем, что со временем враждебность у детей почти всегда ослабевает.

Следует иметь в виду, что желание драться – это далеко не всегда признак ненормальности ребенка. Напротив, речь идет о явлении, длящемся очень долго, которое, вполне возможно, было характерно и для нас в первые годы нашей жизни.

Тут стоило бы со всей искренностью спросить себя: «А как теперь складываются отношения с братом и сестрой?»

В этой ситуации можно дать такой совет – ЧЕМ МЕНЬШЕ РОДИТЕЛИ БУДУТ РЕАГИРОВАТЬ НА ССОРУ ИЛИ ДРАКУ СВОИХ ДЕТЕЙ, ТЕМ ПРАВИЛЬНЕЕ ПОСТУПЯТ. За исключением каких-то особых, крайних случаев, ребята редко причиняют друг другу серьезные увечья.

Оставаясь без взрослых, они, как правило, забывают про свои ссоры и дружно играют. Но стоит вмешаться родителям, как один из детей, а то и оба непременно почувствуют себя ужасно несчастными – либо потому, что их накажут (и тогда достанется обоим), либо потому, что попадет кому-то одному и тот, несомненно, решит: его не поняли и обидели напрасно.

Самое-то печальное во всем этом другое: в результате вмешательства родителей драка приобретает значение важного события. Ребенок, которого слегка лишь ударили, принимается кричать так, будто ему причинили нестерпимую боль. При этом у него возникает повод вести себя инфантильно, по-детски. А тот, кто причинил боль, а тот, кто причинил боль, получает возможность немножко приврать. И то, и другое гораздо хуже самой потасовки. Чем быстрее родители вмешаются в ссору, тем громче дети будут орать при следующей драке. Самое полезное, что могут предпринять взрослые помимо того, что сделают вид, будто ничего не слышат и не видят, - развести детей как можно дальше друг от друга. А утешать их и разбираться, что случилось, следует только после того, как дети совсем успокоятся.

Точно также не стоит придавать значения дракам детей «вне дома» (с их друзьями, разумеется). Тем не менее, если ребенок постоянно ссорится с ними, нужно обратить внимание на причины такой чрезмерной агрессивности.

Вполне возможно, однако, что родителями без нашего совета уже пришлось это сделать, потому что ребенок, который часто ссорится и дерется с другими детьми на улице, и дома тоже не послушен – он вообще отличается негативным поведением.

**СЛЕЗЫ**

Дети плачут – и еще как! – даже отличающиеся превосходным здоровьем. Мать, которая утверждает, будто ее ребенок никогда не плачет, говорит неправду, или же этот малыш чем-то болен.

Если детский плач раздражает вас, вряд ли вы сможете стать хорошим родителем, как бы вам не хотелось. Если вы не будете спокойно реагировать на слезы, то станете настолько вспыльчивыми, что утратите чувство меры.

Дети плачут по двум причинам: во-первых, оттого, что, с тех пор как появились на свет, у них возникают те или иные физиологические потребности, которые они не умеют контролировать; во-вторых, оттого, что у них нет другого способа сообщить миру о своей беде, своих страхах и разочарованиях.

Выразить свой протест они могут не иначе, как только громким плачем. И потому детские слезы – явление совершенно естественное.

Некоторые родители допускают ошибку, если берут малыша из кроватки, только когда он плачет. Такой подход тоже кое - чему учит ребенка. Он быстро сообразит – плачь, вознаграждается родительской любовью, и будет заливаться слезами с еще большим удовольствием.

Конечно, НЕЛЬЗЯ НЕ ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЯ НА СЛЕЗЫ РЕБЕНКА, НО ГОРАЗДО МУДРЕЕ ДАРИТЬ ЕМУ БОЛЬШЕ ЛЮБВИ ТОГДА, КОГДА СЛЕЗ НЕТ. Дети – это экстремисты, особенно в том, что касается слез. Важно не забывать об этом и спокойно относится к их плачу.

Самое плохое, что вы можете сделать, - оставлять плачущего ребенка без внимания в течение 10-20 минут. Если вы станете часто так поступать – научите его плакать всякий раз, когда ему что-нибудь нужно. Но с годами, по мере роста ребенка, надо, конечно все меньше и меньше обращать внимания на его слезы. Однако в первые его 2 или 3 года его жизни, можете не сомневаться, он будет плакать часто и громко, и вам понадобится немало усилий, чтобы успокоить его.

Помните, однако, что младенец в этом отношении ни чем не отличается от нас. Мы с вами плачем гораздо чаще, чем представляется, с той лишь разницей, что все огорчения держим в себе. Ребенок еще не способен это делать, и пройдет не мало лет, прежде чем научится.

ЛЕВША

Еще два или три поколения назад на левшу смотрели косо настолько, что это порождало у ребенка самый настоящий комплекс неполноценности. Целый ряд наблюдений показал, что дети, которые наперекор врожденным свойствам пытались перейти к пользованию правой рукой вместо левой, нередко начинали не только заикаться, но и теряли уверенность в себе, становились неврастениками.

Теперь же большинство людей понимают сущность этого явления и спокойно относятся к нему.

Хотя и возникает для окружающих некоторое неудобство, когда человек больше действует левой рукой, чем правой, само по себе это не имеет в жизни никакого значения. Нам, родителям, важно ни в коей мере не подчеркивать это свойство ребенка, лучше всего вообще не предпринимать никаких попыток что-либо изменить. Более того, стоит показать, что вы считаете леворукость даже преимуществом.

Разумеется, это не трудно сделать в кругу семьи, но, возможно, вне дома ребенок столкнется с кем-то, у кого еще сохранились устарелые взгляды. Можно попытаться переубедить такого человека, но в большинстве случаев лучше всего совершенно не обращать на него внимание.

Сегодня уже известны причины возникновения леворукости, но у нас нет доказательств, что это явление наследственное, как многие полагают. Единственная опасность тут кроется в попытках преодолеть леворукость.

Некоторые родители считают, что их дети должны справиться с ней сами и тем самым они будут ограждены от трудностей. Обычно это редко удается, а у ребенка неизбежно возникает ощущение, будто родители его «не принимают».

Поэтому воспринимайте его таким, каков он есть, и тогда леворукость не превратится в проблему.

Избалованные дети

Сегодня так много говорят о том, что родители должны дарить детям как можно больше тепла и любви, позволять им свободно выражать свои мысли и чувства, оберегать их от разочарований и внушать уверенность в себе, что мы вполне можем законно задаться вопросом: «А что же нужно делать, чтобы не избаловать их?» Ведь давая все ребенку, мы не можем испортить его.

Трудно сказать, в какой мере подобное положение вещей является результатом усилий современной педагогики, или, может быть, здесь просто играет роль наша забывчивость – мы уже не помним, какими на самом деле были в детстве.

Однако, несомненно – сегодня мы действительно уделяем детям значительно больше внимания, чем прежде.

Прежде всего, мы должны разобраться в том, что включает в себя понятие «избалованный ребенок». Раскрытие понятия само по себе подскажет нам, как избежать этого явления или исправить его.

Избалованным мы в первую очередь считаем ребенка несдержанного, плаксивого и более или менее требовательного – ему нужны или наше внимание, или игрушки, которые мы в силах купить ему.

Кроме того, его благодарность обычно кратковременна и зачастую наводит на мысль, что он принимает за должное то, что мы считаем особой уступкой ему. Более углубленный анализ его поведения говорит о том, что такой ребенок отличается пугающим отсутствием независимости.

Избалованный ребенок целиком полагается на родителей и, что характерно при отсутствии самостоятельности, по-детски не способен примириться с отказом от чего-либо. Он так отчаянно жалуется и плачет из-за пустяков, словно речь идет о жизни или смерти.

Избалованность – лишь одна из сторон процесса адаптации. Было бы ошибкой считать эту примету не зависящей от других обстоятельств.

Родители, которые круглые сутки не сводят глаз со своего ребенка, постоянно готовы развлекать его, предлагая то одно удовольствие, то другое, явно преувеличивают нормальную потребность малыша в заботе и внимании. И за два – три года он прекрасно поймет, что мама находиться целиком во власти его капризов.

Бывает и наоборот – ребенок целиком полагается на родителей именно потому, что получает от них слишком мало внимания. Мать, которая днем находится на работе и оставляет малыша на попечение разных приходящих нянь, может невольно вызвать у него сильнейшую потребность находиться в зависимости от родителей.

Даже нечаянное проявление большего внимания к одному из детей способно привести к такому же результату.

Вообще мы стараемся исправлять избалованного ребенка с помощью более новых и эффективных педагогических приемов, но торопливость нередко заставляет нас забыть о цели наших воздействий.

Речь идет не о возможности освободиться на время от капризов ребенка ради некоторого спокойствия и тишины в доме, а о том, чтобы он развивался и взрослел психологически, научился контролю над собой. Его непредсказуемые желания и в самом деле мучают его самого даже больше, чем нас. Поэтому МЫ ДОЛЖНЫ НАУЧИТЬСЯ ОТКАЗЫВАТЬ МАЛЫШУ СПОКОЙНО, ЛАКОНИЧНО И ТВЕРДО, НИСКОЛЬКО НЕ РЕАГИРУЯ НА ЕГО БУРНЫЕ ПРТЕСТЫ.

Как только мы «выключим» себя из этой сцены, ребенку и самому станет неприятно собственное поведение, и он сумеет еще больше оценить наши самоконтроль и рассудительность.

Бабушка и дедушка

Бабушка с дедушкой обладают большой привилегией – им позволено сколько угодно любить своих внуков и принимать участие во всех их играх и развлечениях, но они не тратят силы на заботу и уход за ними. Понятно, что в таком случае бабушка с дедушкой бывают без ума от внуков, если только не слишком стары или больны, и дети им отвечают столь же горячей любовью.

Конфликты чаще всего возникают не между бабушкой или дедушкой, с одной стороны, и внуками, с другой, а между старыми и молодыми родителями. Основные причины таковы:

1. Бабушка с дедушкой обращаются с детьми не так, как родители.
2. Существуют поводы для разногласий между самими молодыми родителями или между ними и бабушками и дедушками.

Первое обстоятельство понятно – оно объясняется тем, о чем говорилось выше. Второе имеет более глубокие корни.

В идеале родители должны быть, прежде всего, людьми психологически зрелыми, но именно этого и не хватает молодым супругам, раз они не научились жить в согласии с собственными отцами и матерями.

Бесспорно одно: если молодая мать не находит согласия со свекровью, что бы та не делала для ребенка, ничто не пойдет ему на пользу. И старые и молодые родители используют свои разногласий по поводу методов ухода за ребенком и его воспитании как повод для «междоусобной» войны. Лучшее решение подобной проблемы - вообще игнорировать ее. Или же надо заставить повзрослеть тех, кто хотя и стал родителем, на деле еще не дорос до этой роли. Молодые родители не примут ни одного совета, не изменят своего поведения, привычек до тех пор, пока не станут достаточно зрелыми в этом отношении.

В любом случае лучше всего с самого начала придерживаться доброго правила – жить отдельно от родителей. Два поколения – это компания, три – это уже толпа. Бабушка с дедушкой должны входить в жизнь ребенка, как что-то исключительное, праздничное. В основе их взаимоотношений с внуком или внучкой должно быть развлечение и отдых.

Как только бабушка с дедушкой начинают принимать активное участие в воспитании внука, они усложняют дело, а малыш теряется, обнаруживая, что существуют новые для него авторитеты. Поэтому ЧУВСТВО МЕРЫ - ОДНА ИЗ САМЫХ ЖЕЛАННЫХ ДОБРОДЕТЕЛЕЙ, КАКИЕ ТОЛЬКО МОГУТ БЫТЬ У БАБУШКИ С ДЕДУШКОЙ. Они могут проявить его в искреннем стремлении увидеть в ребенке то, чего ждут от него мать и отец, и предоставить им самим решать все спорные вопросы. Когда родители убедятся в этом, они более спокойно станут доверять ребенка бабушке с дедушкой, и в результате все будут счастливы.

Самое большое – лишь косвенное влияние на внука. А вот неприятности, что возникают у родителей из-за этих опасений, очень велики. Чтобы свести их к минимуму, было бы разумно с самого начала не рассчитывать на помощь бабушки с дедушкой в воспитании ребенка. Лучше приглашать их время от времени повидать внука, порадоваться ему, поиграть с ним, а не поручать им роль гувернантки или няни. Спустя несколько лет бабушка с дедушкой и сами будут очень счастливы, что их взаимоотношения сложились именно так.

Наконец, мы убеждены, что бабушка с дедушкой, как бы они ни были снисходительны и великодушны к вашему ребенку, не принесут ему никакого вреда. Напротив я бы даже сказал, только укрепят в нем чувство уверенности в себе от сознания, что у него есть два своих собственных Деда мороза.

Может быть, и нужно время от времени сдерживать великодушие бабушек и дедушек, чтобы они не слишком баловали внуков, но в целом это не повод для беспокойства. Чем меньше станем тревожиться из-за этого, тем больше будем радоваться теплу и надежности нашего домашнего очага.